

## Tók sjálf á móti eigin barni

Klemens Hannigan og Ronja Mogensen eignuðust sína aðra dóttur í júní. Hún fæddist í baðkari á heimili fjölskyldunnar. Ronja segist hafa viljað forðast óþarfa inngríp frá heilbrigðiskerfinu. → 30



Fylgjan er í frystinum heima og bíður hlutverks í framtíðinni.



## Samrýnd systkini

Arndís og Högni Egilsbörn ræða fjölskyldusöguna og vináttuna þeirra á milli. → 26



## Aldur er bara tala

Uppgangur Ceciliu Ránar, 16 ára landsliðsmarkvarðar Íslands, er magnaður. → 18



## 138 milljarða kröfur í þrotabú WOW air

Sex þúsund kröfur upp á samtals 138 milljarða bærust þrotabúi hins fallna flugfélags. → 8

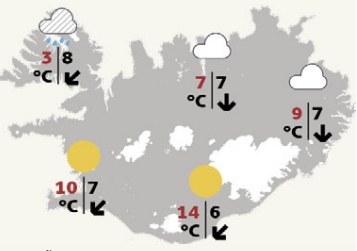
FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Kringlan  
Bjallan hringir!  
**SKÓLADAGAR**  
Í Kringlunni finnur þú allt frá töskunni til trélita



KONTOR BEYKJAVÍK

## Veður



Norðan 5-10 m/s, en 8-13. Rigning eða súld með köflum á Norður- og Austurlandi, hiti 5 til 10 stig. Yfirleitt léttskýjað sunnan heiða með hita 11 til 17 stig yfir daginn.

**SJÁ SIÐU 42**



O'Connor fór í djúpslökunarmedferð á Íslandi. NORDICPHOTOS/GETTY

## Sneri við lífinu á Íslandi í fyrra

**ÍÞRÓTTIR** Ástralska ruðningsstjarnan James O'Connor sneri lífi sínu við með djúpslökunarmedferð á Íslandi síðastliðið haust. O'Connor hefur barist við fikniefna- og áfengisdjöfulinn lengi og hefur það markað feril þessa hæfileikaríka leikmanns.

„Viðbrögð mín við þessari örvun hvöttu mig til þess að takast á við myrkríð innra með mér, mér hefur aldrei liðið svona áður,“ segir hann á Twitter-síðu sinni. En hann undirgekkst meðferð sem innihélt djúpslökun, svokallað hydrofloat.

O'Connor, sem er 29 ára gamall, sló ungar í gegn og komst í landsliðið 17 ára. Fljótlega fóru vandamálín að koma upp og var ferillinn í molum árið 2017. Nú er O'Connor aftur kominn í landsliðið. – khg

## Atvinnutekjur hækkuðu

**KJARAMÁL** Árið 2018 voru heildartekjur einstaklinga á Íslandi um 6,6 milljónir króna að meðaltali eða að jafnaði um 553 þúsund krónur á mánuði. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Hagstofu Íslands.

„Atvinnutekjur voru um 505 þúsund krónur á mánuði að meðaltali. Það er 5,5 prósent hækking frá fyrra ári,“ segir í tilkynningunni.

Eitt prósent einstaklinga var með tvær milljónir króna eða meira í tekjur á mánuði. – gar

## Kóngurinn áritaði nýju plötuna



Það var troðið út úr dyrum í Lucky Records á Rauðarárstíg í gær þegar haldið var útgáfuhöf Regnbogans stræti, nýjustu plötu Bubba Morthens. Kóngurinn sjálfur áritaði plötur fyrir aðdáendur sína glaður í bragði. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

FRÉTTABLAÐIÐ  
**+PLÚS**

Fleiri myndir úr útgáfuhöfinu er að finna á +Plússiðu Fréttablaðsins. Fréttablaðið +Plús er í Fréttablaðs-appinu og PDF-útgáfu á Fréttablaði.is.



Hálslón. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

## Hálslón komið á yfirfall

**UMHVERFISMÁL** Hálslón, sem er vatnsfordabúir Kárahnjúkavirkjunar, fór á yfirfall í vikunni.

Þessi staða mun setja strik í reikning laxveiðimanna í Jöklu. Segir á vef Fljótaldalshéraðs að vegna þessa megi ætla að Jökla haldi sínum gamla alkunna jökullit fram eftir hausti þar til innrennsli nær jafnvægi.

„Íbúar og ferðamenn eru beðnir um að hafa þetta í huga á ferðum sínum við Jökulsá á Dal,“ segir á vef Fljótaldalshéraðs.

Þess má geta að enn vantar um 70 sentimetra á vatnshæð Blöndulóns svo að það fari á yfirfall. – gar

# Stofnanir og fyrirtæki laða til sín færa kokka

Opinberar stofnanir og stórfyrirtæki eru í auknum mæli að ráða til sín færustu kokka landsins. Eftirsótt er að komast í þessar stöður vegna þægilegs vinnutíma og góðra launa. Bitnar það á hótélum og stórum veitingastöðum.

**VINNUMARKAÐUR** Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins getur það reynst hótélum og stærri veitingastöðum erfitt og dýrt að ráða til sín færa kokka. Það er þeim sem stýra eldhúsunum, ekki er skortur á ófaglærðu starfsfólki. Mánaðarlaun góðs kokks séu ekki undir einni milljón í dag og aukin samkeppni við opinberar stofnanir og stórfyrirtæki geri þeim erfitt fyrir.

Þegar starfsánægja er mæld skiptir matur miklu máli, ásamt skemmtunum fyrir starfsfólk og fleira. Stofnanirnar og fyrirtækin eru því tilbúin til að verja töluverðu fjármagni til þess að hafa góðan kokk í mótuneytinu.

Nýlega réð Seðlabanki Íslands stjórnukokkinn Svein Kjartansson, en hann stýrði áður eldhúsinu í Aalto Bistrot í Norræna húsinu. Á meðal annarra stofnana sem hafa farið sömu leið eru Landsvirkjun og Landsnet.

Á meðal stjórnukokka sem starfa fyrir stórfyrirtæki má nefna Ágúst Má Garðarsson, sem starfar nú hjá Eflu verkfræðisþjónustu og var áður hjá Marel.

„Meira og minna allt kokkalandslíðið er komið í vinnu hjá fyrirtækjum eins og Marel, Össuri, Vodafone og Símanum,“ segir Jakob Einar Jakobsson sem situr í veitinganefnd Samtaka ferðaþjónustunnar.

Hann vill þó ekki meina að það sé sár vöntun á matreiðslumeisturum, en það eru þeir kokkar sem hafa tveggja ára menntun ofan á sveinsprófið og geta þá tekið að sér nema. Ástandið hafi verið verra fyrir fjórum eða fimm árum.

Jakob segir að ekki séu allir veit-



Íslenska kokkalandslíðið hefur átt góðu gengi að fagna. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

**Meira og minna allt kokkalandslíðið er komið í vinnu hjá fyrirtækjum eins og Marel, Össuri, Vodafone og Símanum.**

Jakob Einar Jakobsson hjá veitinganefnd SAF



ingastaðir með matreiðslumeistara. Fremur ómenntað starfsfólk sem hefur reynslu úr eldhúsi.

„Margir veitingastaðir eru svo litlar rekstrareiningar að þær bera ekki svona dýran starfsmann í dagvinnu. En það eru helst staðir eins og Bláa lónið og stóru hótélum sem keppa við þessa aðila, hvað varðar laun og annað,“ segir Jakob. „Ég held að það sé erfitt að keppa við þetta. Eðli málsins samkvæmt keppa veitingastaðir ekki við dagvinnutíma.“

kristinnhaukur@frettabladid.is

Agadír 24. október í 9 nætur

# Marokkó

Landdulúðar og ævintýra!

Verð frá kr.  
**99.995**



595 1000

Heimsferðir



## Aðdáendur hittu kónginn

Það var fullt út úr dyrum í útgáfuþófi fyrir Regnbogans stræti, nýjustu plötu Bubba Morthens í Lucky Records í gær. Eins og sjá má á myndum Ernis Eyjólfssonar ljósmyndara á kóngurinn marga dygga aðdáendur. Á plötunni eru ellefu ný lög, hugljúf dægurlög ásamt þéttu rokki.





**NÝTT**  
Húsasmíðjubleið  
er komið út



# HÚSASMÍÐJU DAGAR

Heimilið klárt fyrir haustið

Þitt með fyrirvara um prentvillur og myndavéki. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.



Allt að

# 50%

## afsláttur

« 20% • 25% »

5% • 35% »



30%  
afsláttur

**Nilfisk**  
**10.995 kr**  
~~15.995 kr~~

Háþrýstidæla C100.7-5  
100 bör, 1.3kW, 440 ltr./klst., 5 m slanga, click & clean kerfi.  
5254200



40%  
afsláttur

**NEO TOOLS**  
**8.995 kr**  
~~14.975 kr~~

Topplýklasett  
NEO, 58 stk., 1/2".  
Toppur 10-32 mm.  
5052513

8 kg  
37%  
afsláttur

**gorenje**  
**47.990 kr**  
~~75.990 kr~~

Þvottavél WE843  
1400 snúninga. Tekur 8 kg, 59DB í þvottakerfi, 77DB í vindu, utanmál, H: 85xB: 60xD: 54.5 cm, A+++.  
1860075



37%  
afsláttur

**NEO TOOLS**  
**5.995 kr**  
~~9.495 kr~~

Verkfærakista  
NEO, 68x40x35,5 cm.  
5024813

## 20% afsláttur

af JOTUN viðarvörn, pallaolíu og pallahreinsi



## 25% afsláttur

af öllum Philips ljósum

Gildir ekki af Philips Hue

**PHILIPS**



## 25% afsláttur

af allri LADY málningu



## 25% afsláttur

af GROHE og DAMIXA blöndunartækjum

**GROHE**

**damixa™**



POTTAPLÖNTU

# ÚTSALAN

ER HAFIN

# 20-50%

AFSLÁTTUR

-24%

Friðarlilja

Verð frá:

**899 kr**  
~~1.190 kr~~

1140017



-26%

Orkidea

2ja greina,  
12 cm pottur

**1.990 kr**  
~~2.690 kr~~

11325000



TÖLUR VIKUNNAR 04.08.2019 TIL 10.08.2019



10%

veiði er í sumum laxveiðiám miðað við sama tíma í fyrra.



10%

alls útflutnings frá Íslandi fara til Bretlands.



50.000

áhorfendur eru væntanlegir á tónleika Eds Sheeran um helgina.

500.000.000

króna gætu tapast í norðlenskri ferðaþjónustu vegna gjaldprots ferðaskrifstofunnar Super Break.

17%

fækkun varð á ferðamönnum í júlí miðað við sama mánuð í fyrra.

## Þrjú í fréttum Íslensk tunga, laxagengd og verðlaunahafi

### Richard Simcott

tungumálasérfræðingur

kann yfir fimmtíu tungumál. „Ég lærði íslensku á námskeiði við Háskóla Íslands fyrir sex árum en hef ekki talað hana lengi og því þurfti ég að rifja tungumálið upp,“ segir Simcott sem tekur fram að hann skilji íslensku betur en hann tali hana.



### Jim Ratcliffe

auðmaður og jarðeigandi á Norðausturlandi

segist vilja efla laxastofna á svæðinu. „Náttúruvernd hefur alltaf verið og verður áfram eini tilgangur aðkomu minnar á Norðausturlandi Íslands,“ segir Ratcliffe sem á 40 til 50 jarðir í landshlutanum.



### Toni Morrison

rithöfundur

lést síðastliðinn mánudag, 88 ára gömul. Hún var fyrsta konan af afrískum uppruna til að hljóta bókmenntaverðlaun Nóbels. Þekktasta verk Morrison er Beloved, eða Ástkær, sem hún hlaut Pulitzer-verðlaunin fyrir. Hún sendi frá sér sína fyrstu bók 39 ára.



### LEIÐRÉTTING

Rangt var farið með nafn viðmælanda í frétt um skipulagsmál á Akureyri í blaðinu í gær. Hann heitir Hjörleifur Hallgríms Herbertsson en ekki Hjörleifur Hallgrímsson.

# Lágmarksstærð sveitarfélaga verði lögfest við þúsund íbúa

Nýjar tillögur formanns Framsóknarflokksins um eflingu sveitarstjórnarstigsins fela í sér að lágmarksstærð sveitarfélaga verði sett á laggirnar, verður miðað við þúsund íbúa. Formaður Sambands sveitarfélaga segir mikilvægt að sveitarfélögum verði gert kleift að sinna lögbundnum hlutverkum sínum.

**SVEITARSTJÓRNIR** Stefnt er að því í drögum reglugerðar Sigurðar Inga Jóhannssonar, ráðherra sveitarstjórnarmála, að lögfest verði að lágmarksstærð sveitarfélaga verði þúsund íbúa. Um helmingur sveitarfélaga á Íslandi er með færri en eitt þúsund íbúa og því munu þessar breytingar hafa áhrif á stóran hluta sveitarfélaga hér á landi.

72 sveitarfélög eru nú á landinu og hefur fækkað hægt en örugglega síðustu áratugi en um miðja síðustu öld voru hér vel á annað hundrad sveitarfélaga. Sigurður Ingi hefur boðað breytingar í þá átt að gera sveitarfélögin öflugri og betur í stakk búin til að takast á við þau verkefni sem þeim eru falin í nútímaþjóðfélagi

Aldís Hafsteinsdóttir, bæjarstjóri í Hveragerðisbæ og formaður sambands sveitarfélaga, sat í nefnd á vegum samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra sem skilaði til ráðherra tillögum sínum sem kynntar voru á ríkisstjórnarfundum á fimmtudaginn. Hún segir einnig mikilvægt að sveitarfélögin geti sinnt þeim skyldum sem sveitarfélögum ber.

„Þessar tillögur verða kynntar í samráðsgátt stjórnvalda á næstu dögum. Í tillögnum er gert ráð fyrir að í þrepum verði settur lágmarksfjöldi íbúa í sveitarfélögum. Þannig er sveitarfélögum veitt ráðrúm til að kanna möguleika sína. Aðalatriðið er að sveitarfélög hér á landi verði öll sterk og gert kleift að sinna sínum verkefnum fyrir íbúa sína,“ segir Aldís. „Fjölmörg sveitarfélög eru fámenn og mikilvæg verkefni unnin með öðrum sveitarfélögum. Þegar svo er komið eru ákvarðanir kannski komnar



Sandgerði og Garður sameinuðust í eitt sveitarfélag í fyrra í kjölfar íbúakosninga. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

## Áður hugað að sambærilegri lagasetningu

Árni Magnússon, sem var félagsmálaráðherra árin 2003-2006, var ráðherra sem hvað mest hefur haft sig í frammi á þessari öld í sameiningu sveitarfélaga. Óskaði hann þess helst að frjálsar sameiningar myndu ganga á sem flestum stöðum. Yrði það ekki raunin sagði hann eðlilegt að hugað yrði að lagasetningu um lágmarksstærð sveitarfélaga til að knýja á um sameiningar. Ekkert varð úr þeirri lagasetningu en nokkurt vatn hefur runnið til sjávar síðan þá og hafa nokkur sveitarfélög sameinast.

nokkuð langt frá íbúum sveitarfélaganna.“

Mikil gerjun hefur átt sér stað á síðustu árum. Til að mynda kannaði Akureyrarkaupstaður möguleika annarra sveitarfélaga í Eyjafirði til sameiningar ekki alls fyrir löngu

og bæði hafa orðið sameiningar á Reykjanesi og á Austurlandi. Einnig eru uppi hugmyndir um sameiningar í Þingeyjarsveit.

Aldís bendir á að jöfnunarsjóður sveitarfélaga verði nýttur til góða fyrir þau sveitarfélög sem sam-

einast. „Til þess að sameiningartilraunir takist með ágætum munum við í þessum tillögum nýta jöfnunarsjóð sveitarfélaga og styrkja veglega þau sveitarfélög sem sameinast til að standa straum af ýmsum kostnaði. Það er mikilvægt að vel takist til í þetta skiptið og þessar tillögur miða að því að sveitarfélög og íbúar þeirra njóti góðs af mögulegum sameiningum.“

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins var málinu frestað á fundi ríkisstjórnar síðastliðinn fimmtudag og ekki tekin ákvörðun um að birta þetta strax. Vildu menn setjast aðeins yfir málið og skoða það áður en það yrði birt almenningi. sveinn@frettabladid.is

## ALVÖRU JEPPI - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

jeep.is

### JEEP® GRAND CHEROKEE FÁANLEGUR MEÐ 33" EÐA 35" BREYTINGU

- 3.0L V6 DÍSEL
- 250HÓ / 570 NM TOG
- 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING
- LOFTPÚÐAFJÖÐRUN
- LÆSING Í AFTURDRIFI (TRAILHAWK OG OVERLAND)

JEEP® GRAND CHEROKEE KOSTAR FRÁ 9.990.000 KR.





TOYOTA

ALWAYS A  
BETTER WAY

# NÝR CAMRY HYBRID SÝNDU FORDÆMI

ISLENSKULISTOV 92899 0819



**50% RAFDRÍFINN\***  
**Verð frá: 6.790.000 kr.**



Eftir áralanga fjarveru kynnum við nýjan Camry Hybrid til sögunnar, veglega nýja útgáfu sem fer á undan með góðu fordæmi. Hann fæst einungis í Hybrid-útgáfu sem sameinar fullkomlega gæði, glæsileika og virðingu fyrir umhverfinu. Komdu og finndu þig í glæsilegum bíl sem fer þér betur. Sýndu fordæmi – veldu Hybrid. Orkuskiptin eru hafin.

**2 ára þjónustupakki fylgir með nýjum Camry, viðskiptavinum að kostnaðarlausu.**  
**Allir nýir Toyota Hybrid bílar eru núna sporlausir í samstarfi við Kolvið.**  
**Nú er 7 ára ábyrgð á öllum nýjum Toyota bifreiðum.**



UMHVERFISVERDLAUN ATVINNULÍFSINS  
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS



**Toyota Kaupúni**  
Kaupúni 6

**Toyota Akureyri**  
Baldursnesi 1

**Toyota Reykjanesbæ**  
Njarðarbraut 19

**Toyota Selfossi**  
Fossnesi 14



\*Samkvæmt opinberum mælingum DRIVECO, CARE og ENEA á aksturstíma Hybrid bíla í blönduðum akstri, án aðkomu bensínvélar. Sjá nánar á [www.toyota.is](http://www.toyota.is).  
Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. Gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.

Njóttu þess að hlakka til

vita

## Tel Aviv, Jerúsalem og Eilat

18. til 29. október 2019

### Ferðakynning hjá VITA

Kynningarfundur um ferð til Landsins helga þann 15. ágúst kl. 17:30 á skrifstofu VITA, Skógarhlíð 12. Bílastæði og inngangur neðan við húsið.

Fararstjóri: sr. Þórhallur Heimisson



ISLENSKA/SIA.IS.VIT.92389.08/19



Vegurinn sem um ræðir er inni á landinu í Seljanesi og er einungis fjórir metrar á breidd. Fari svo að hann verði breikkaður í tólf metra, líkt og til stendur, er því um þreföldun hans að ræða. MYND/GUÐMUNDUR ARNGRÍMSSON

# Þjóðvegurinn breytir litlu varðandi virkjun

Landeigendur í Seljanesi hafa leitað álits lögfræðinga í tilefni af vegagerð vegna fyrirhugaðrar Hvalárvirkjunar. Stjórnarformaður VesturVerks segir þrjár aðrar leiðir í boði að framkvæmdasvæðinu og mótmæli breyti engu.

**VESTFIRDIR**, „Það að laga þennan veg er ekki eina leiðin til að komast að framkvæmdasvæði Hvalárvirkjunar. Þótt landeigendur reyni að koma í veg fyrir vegabæturnar þá mun það engu breyta varðandi virkjunina,“ segir Ásgeir Margeirsson, stjórnarformaður VesturVerks.

Hluti landeigenda í Seljanesi í Árneshreppi leitaði álits lögfræðinga vegna fyrirhugaðra framkvæmda við veg á landi þeirra. Framkvæmdirnar eru fyrsti hluti framkvæmda við Hvalárvirkjun og er fyrirhugað hlutverk hins nýja vegar að ferja vinnuvélar og önnur tæki að virkjunarsvæðinu. Landeigendurnir segja Vegagerðina hafa skráð veginn sem þjóðveg án þess að hafa til þess heimild og hafa þar af leiðandi ekki leyfi til að hefja framkvæmdir á svæðinu.

Vegagerðin segir að samkvæmt lögum teljist vegur sem viðhaldið hefur verið með almannafé um áratugaskeið tilheyra íslenska ríkinu þrátt fyrir að eignarheimild liggi ekki formlega fyrir.

„Lokandiurstaðan er þannig að Vegagerðin hefur á engan hátt fært sönnur á það að þeir eigi veginn og hafi tekið hann yfir á þjóðvegaskrá með réttum hætti, það kemur bara klárlega í ljós,“ segir Guðmundur Arngrímsson, fyrirsvarsmáður landeigendanna.

„Vegagerðinni er heldur alls ekki heimilt samkvæmt lögum að fram-

**Ef aðrar leiðir eru farnar þá verða engar samgöngubætur í sveitarfélaginu.**

Ásgeir Margeirsson, stjórnarformaður VesturVerks



selja þetta veghald sem þeir hafa framselt,“ segir Guðmundur og á þar við að Vegagerðin hafi framselt fyrirtækinu VesturVerki ehf., sem sér um framkvæmdir á svæðinu, afnot af veginum.

Vegagerðin tekur fram að stofnunin hafi veitt 2,4 milljónir af fjárheimildum sínum í lagfæringar á veginum á árunum 2003-2004 og hafi það verið gert í góðu samkomulagi við landeigendur.

„Þeir komu með einhverja mól þarna 2004 en þessi vegur er miklu, miklu eldri,“ segir Guðmundur. „Aldrei nokkurn tímann var haft samráð við landeigendur um yfirtöku á þessum slóða,“ bætir hann við.

Í álitsgerðinni sem Fréttablaðið hefur undir höndum kemur fram að framkvæmdaleyfið sem gefið var út af Árneshreppi til Vestur-

Verks veiti leyfi til lagfæringa á vegi með allt að tólf metra breiðu framkvæmdasvæði. Vegurinn í Seljanesi er einungis fjögurra metra breiður og verði framkvæmdasvæðið nýtt að fullu sé því um að ræða eignaupptöku á þrisvar sinnum stærra landsvæði en nú er nýtt undir veginn.

„Við munum ekki taka því þegiandi og hljóðalaust að það verði farið með jarðytur og beltagröfur þarna inn í landið og allt stórskemmt, það verður aldrei. Ekki fyrr en allur vafi er aftekinn um að rétt sé farið með og að rétt sé farið að. Fyrr en það verður gert þá fara þeir ekki inn í Seljanesland,“ segir Guðmundur.

Ásgeir segir þetta ekki skipta máli varðandi virkjunina. Það komi til greina að reisa bryggju í Ófeigsfirði og nota sjóleiðina, veg frá Ísafjarðardjúpi eða frá Steingrímsfjarðarheiði.

„Við erum að vinna samkvæmt samningi við Vegagerðina. Við erum að nota þessa leið að fengnum ábendingum frá yfirvöldum um að þetta sé heppilegasta leiðin. Efaðrar leiðir eru farnar þá verða engar samgöngubætur í sveitarfélaginu,“ segir Ásgeir. „Það eru þrjár aðrar leiðir að virkjunarsvæðinu og þessi aðgerð kemur ekki í veg fyrir virkjunina ef menn ætla sér það. Og ef fólk fer að stöðva framkvæmdirnar þá er það komið hinum megin við lögin.“

[birnadrofn@frettabladid.is](mailto:birnadrofn@frettabladid.is)  
[arib@frettabladid.is](mailto:arib@frettabladid.is)

## Ráðuneytið býið að svara Hjörleifi

**SKIPULAGSMÁL** Mennta- og menningarmálaráðuneytið segir að erindi Hjörleifs Hallgríms Herbertssonar, eiganda lóðarinnar Aðalstrætis 12b á Akureyri, hafi verið tekið til efnislegrar meðferðar í ráðuneytinu og eingöngu sé verið að fylgja að lögum um minjavernd.

Hjörleifur sagði í samtali við Fréttablaðið í gær að Lilja Alfreðsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra, hefði hundsáð erindi sitt og hann sæti uppi með lóð sem ekki megi byggja á nema kosta fornleifauppgroft.

Ráðuneytið segir í bréfi til Fréttablaðsins að erindi Hjörleifs frá því í



**Lilja Alfreðsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra.**

fyrri hafi verið svarað í janúar. Það fari ekki á milli mála að minjar eldri en 100 ára, sem teljist þá til fornminja, sé að finna á lóðinni og því þurfi að fara fram rannsókn.

Samkvæmt lögum beri framkvæmdaaðila að greiða kostnað við rannsóknir á fornleifum vegna fyrirhugaðra framkvæmda. Minja-

stofnun hafi bent Hjörleifi á að leita sér tilboða í verklið og sækja um styrk fyrir því í fornminjasjóð. Það hafi hann ekki gert.

Í bréfinu segir einnig að ráðuneytið hafi skrifað vottorð, sem fylgdi svarinu til Hjörleifs, þess efnis að aðili sem ætlaði að byggja sér íbúðarhús á lóðinni ætti rétt á að sækja um styrk í fornminjasjóð. Er það skilningur ráðuneytisins að einstaklingar sem þurfa að láta framkvæma fornleifarannsókn á lóðum sínum eigi þess kost að sækja um styrk til þess úr fornminjasjóði. Það á hins vegar ekki við um aðila sem byggja fjölbýli í hagnaðarskyni. – ab

# KRÓNAN

## GRILLJÓN

### Ástæður til að grilla



ÁSTÆÐA #  
1.202

... því það er  
partý í kvöld



[www.kronan.is](http://www.kronan.is)

## HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

Fréttablaðið.is færir þér nýjustu fréttir dagsins og ítarlega umfjöllun um málefni liðandi stundar.

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook



# BAK ARÍ ID

## Súrdeigsbrauð

- með spíruðum rúg
- með kúmen
- hefðbundið

**779** kr/stk



## NÝJUNG

Brauðsalötin okkar eru gerð úr sérvöldum gæðahráefnum. Rækju-, laxa- og túnfisksalat

**599** kr/stk



Opið allan sólarhringinn  
Garðabæ og Skeifunni

**HAGKAUP**

*Meira  
svona  
alla daga*





## FRÉTTABLAÐID IS

**1 Tannlæknastofa Heimis sameinast Glæsibænum** Tannlæknastofa Heimis Hallgrímssonar og Tannlæknastofan í Glæsibæ hafa sameinast.

**2 Skúli með milljarðakröfur í þrotabú WOW** Skúli Mogensen lagði fram kröfur í þrotabú flugfélagsins sem samtals nema 3,8 milljörðum króna.

**3 Kröfur í þrotabú WOW air 138 milljarðar** Samtals bárust 138 milljarða kröfur í þrotabú hins fallna flugfélags WOW air, við lok kröfulýsingarfrests þann 3. ágúst.

**4 Fjallið opnar líkamsrækt í Kópavogi: „Allir velkomnir“** Afraunamaðurinn Hafþór Júlíus Björnsson hefur opnað líkamsræktarstöðina Thor's Power Gym.

**5 Tekur fyrir að það sé manneklea á hjúkrunarheimilinu** Framkvæmdastjóri Öldrunarheimila Akureyrar er ósammála því að íbúum sé ekki nógu vel sinnt.

Allar nýjustu fréttir og blað dagsins eru fánleg á [www.frettabladid.is](http://www.frettabladid.is)

# Kröfur upp á 138 milljarða

Samtals bárust 138 milljarða kröfur í þrotabú hins fallna flugfélags WOW air við lok kröfulýsingarfrests þann 3. ágúst. Meðal stærstu kröfuhafa er bandarískur banki og greiðslumiðlunarfyrtæki bankans.

**VIÐSKIPTI** Sex þúsund kröfur upp á samtals 138 milljarða höfðu borist þrotabú hins fallna flugfélags WOW air við lok kröfulýsingarfrests þann 3. ágúst síðastliðinn.

Þetta kemur fram í kröfuskrá þrotabúsins sem lögð verður fram á skiptafundi sem fram fer næsta föstudag. Nánar má lesa um málið á vefnum [frettabladid.is](http://frettabladid.is).

Aflýstum kröfum í búið eru rúmlega fimm milljarðar forgangskröfur, vegna launa og lífeyrisiðgjalda. Í ljósi þess hve forgangskröfur nema hárrí fjárhæð hafa skiptastjórar ákveðið að taka ekki afstöðu til almennra krafna að svo stöddu. Þær nema rúmlega 125 milljörðum króna.

Stærsta krafan er lögð fram af hálfu leigusalans CIT Areospace International sem leigði íslenska flugfélaginu fjölmargar þotur. Alls nemur krafan 52,8 milljörðum króna. Næst kemur krafa frá breska þotuhreyflasmíðnum Rolls-Royce sem hljóðar upp á samtals 28 milljarða króna í gegnum Rolls-Royce plc. og RRP Engine Leasing. Leigusalinn ALC, sem átti Airbus-þotuna sem var kyrrsett á Keflavíkurflugvelli af Isavia, lagði fram 9 milljarða kröfu í þrotabú. Þá lýstu leigusalarnir Sog Aviation Leasing Limited og Tungnaa Aviation Limited þremur milljörðum króna hvor, og Sky High Leasing Company 3,8 milljörðum króna.



WOW air varð gjaldþrota í mars síðastliðnum. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK

Skuldabréfaeigendur sem tóku þátt í útbóði WOW air síðasta vetur gera 8,6 milljarða króna kröfu í gegnum félagið Nordic Trustee & Agency.

Skúli Mogensen, stofnandi flugfélagsins fallna, lagði fram kröfur upp á samtals 3,8 milljarða króna. Skúli lagði fram tvær kröfur í eigin nafni, annars vegar 775 milljónir króna og hins vegar 22 milljónir.

Í gegnum Títan fjárfestingafélag og Títan B lagði Skúli fram kröfur upp á samtals 2 milljarða króna. Þá kom einnig fram krafa frá fasteignafélaginu TF KEF sem er í eigu Skúla en hún nam alls 1.031 milljón króna.

Þá koma fram tvær stórar kröfur frá bandarískum fjármálafyrirtækjum. Annars vegar frá U.S. Bank National Association upp á 2,9 milljarða og hins vegar 2 milljarða

## Stærstu kröfuhafar WOW air

milljarðar króna

CIT Areospace International	52,8
Rolls-Royce	28
ALC	9
Skuldabréfaeigendur	8,6
U.S. Bank National Association	4,9
Sky High Leasing Company	3,8
Skúli Mogensen	3,8
Ríkisskattstjóri	3,8
Sog Aviation Leasing Limited	3
Tungnaa Aviation Limited	3
Isavia	2,2

krafa frá greiðslumiðluninni Evalon Financial Services, sem er hluti af U.S. Bank samstæðunni. Alls nema kröfur samstæðunnar því 4,9 milljörðum króna.

Krafa upp á 3,8 milljarða króna kemur fram Ríkisskattstjóra en um er að ræða kröfu vegna stjórnvaldssektar Umhverfisstofnunar vegna vanrækslu WOW air á að standa skil á losunarheimildum fyrir árið 2018. Umhverfisstofnun lýsti einnig kröfu upp á 847 milljónir undir nafni stofnunarinnar. Þá nam krafa Isavia í þrotabú vegna vangreiddra lendingargjalda 2,2 milljörðum króna. [adalheidur@frettabladid.is](mailto:adalheidur@frettabladid.is) [thorsteinn@frettabladid.is](mailto:thorsteinn@frettabladid.is)

**SKOÐA**

Skemmtu þér konunglega  
Dublin | Glasgow | London | Manchester

Verð aðra leið frá 25.900 kr.  
Verð frá 43.200 Vildarpunktum

Blómstrandi lista- og leikhúslíf, götumatur og Michelin-veitingastaðir, háhýsi og hallargarðar – og mögnuð stemning á knattspyrnuvöllum. Nú er rétti tíminn til að njóta lífsins í stórborgum Bretlandseyja.

ICELANDAIR



ÖLL  
SKRIFBORD  
**20-30%**  
AFSLÁTTUR

GILDIR ÚT 11. ÁGÚST



ALLAR  
GARDÍNUR  
**20-30%**  
AFSLÁTTUR

GILDIR ÚT 11. ÁGÚST

# FRÁBÆR TILBOÐ!



ALLIR  
SPEGLAR  
**20-40%**  
AFSLÁTTUR



ALLIR  
SKRAUTPÚÐAR  
**30%**  
AFSLÁTTUR



ALLIR  
HEILSUKODDAR  
**20-40%**  
AFSLÁTTUR

WELLPUR  
MEMORY FOAM



ALLIR  
DÚKAR  
**25%**  
AFSLÁTTUR



ALLAR  
ÁBREIÐUR  
**25%**  
AFSLÁTTUR



ALLIR  
SKRIFBORDSSTÓLAR  
**20-30%**  
AFSLÁTTUR

GILDIR ÚT 11. ÁGÚST



**RÚMFATA  
LAGERINN**

HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ



Alvarlegustu tilvik beinbrunasóttar eru hjá börnum. NORDICPHOTOS/GETTY

## Beinbrunasótt orðin faraldur

**FILIPPSEYJAR** Stjórnvöld á Filippseyjum hafa lýst yfir neyðarástandi vegna beinbrunasóttarfaraldurs þar í landi. Beinbrunasótt er veirusjúkdómur sem berst með moskítóflugum og er landlægur í hitabeltislöndum heimsins.

Alls hafa 146.000 tilfelli beinbrunasóttar greinst á Filippseyjum frá janúar fram júlí. Það eru um tvöfalt fleiri tilfelli en greindust á sama tímabili í fyrra. Meira en 620 manns hafa látist af völdum sjúkdómsins það sem af er ári.

Alþjóðaheilbrigðisstofnunin segir beinbrunasótt hafa færst mjög í aukana í Austur-Asíu á þessu ári. Stofnunin segir að um 390 milljónir manna greinist með sjúkdóminn á ári hverju.

Engin sértæk meðferð er til við beinbrunasótt. Ekki hefur tekist að þróa áreiðanlegt bóluefni við þessum skæða sjúkdómi. – ds

# Útiloka stór skemmtiferðaskip frá vissum stöðum í Feneýjum

Ítölsk stjórnvöld ætla að banna skemmtiferðaskipum yfir eitt þúsund tonn að sigla um elsta hluta Feneýja. Bannið sem tekur gildi í september er sett í kjölfar slyss er risaskemmtiferðaskip rakst á bryggju.

**ÍTALÍA** Skemmtiferðaskip sem eru yfir eitt þúsund tonn mega ekki sigla um tiltekna slóðir í Feneýjum frá og með september að því er ítölsk stjórnvöld hafa lýst yfir og BBC greint frá.

Ákvörðunin er sögð tekin vegna óhapps sem varð í júní í sumar er skemmtiferðaskipið MSC Opera rakst utan í bryggju og bát ferðamanna með þeim afleiðingum að fimm slösuðust.

Verndarsinnar gagnrýna stjórnvöld hins vegar fyrir að ganga ekki nógu langt; áætlanirnar dugi ekki til að sporna við neðansjárvarfi og mengun.

BBC segir gagnrýnendur lengi hafa haldið því fram að öldur sem skemmtiferðaskipin valda í síkjum Feneýja séu að naga undirstöður borgarinnar þar sem iðulega verða flóð. „Aðrir hafa einnig kvartað



Skemmtiferðaskip á siglingu um Feneýjar virðist fyrirferðarmikið á þessum fornfrægu söguslóðum. NORDICPHOTOS/GETTY

yfir því að að skipin dragi úr fegurð sögulegra staða í Feneýjum og færi með sér of marga ferðamenn,“ segir í frétt BBC.

Óhappið með hið 275 metra langa skemmtiferðaskip MSC Opera í Giudecca-síkinu í júní varð til þess að gagnrýnendur tvífeldust. Giudecca er ein af meginsiglingarleiðunum í

Feneýjum og liggur fram hjá hinu víðfræga Markúsartorgi.

Sagt var frá óhappi MSC Opera á fréttablaðið.is daginn sem það gerðist, þann 2. júní síðastliðinn. Kom þar fram að skipstjórinn hefði missti stjórn á skipinu vegna vélarbilunar og að hann hefði kallað eftir dráttarbátum til að hægja

á skipinu. Það hefði ekki tekist. „Þetta atvik staðfestir það sem við höfum sagt lengi: Skemmtiferðaskip ættu ekki að sigla niður eftir Giudecca-skipaskurðinum,“ vitnaði fréttablaðið.is þennan dag til Twitterfærslu Sergios Costa, umhverfisráðherra Ítalíu. gar@frettabladid.is

**Finndu kraftinn í heimi háhýsanna**  
 Boston | Chicago | New York  
 Verð aðra leið frá 42.900 kr.  
 Verð frá 71.500 Vildarpunktum

Upplifðu heillandi stórborgarstemningu með háhýsum og huggulegum gördum í landi tækifæranna. Nú er rétti tíminn til að njóta lífsins í stórborgum Bandaríkjanna.

ICELANDAIR

 Volkswagen e-Golf.

# Skiptu núna yfir í rafmagnsbíl.



Veldu þinn uppáhalds e-Golf á [www.hekla.is/volkswagensalur](http://www.hekla.is/volkswagensalur)



## Ódýrari & 100% rafmagnaður.



Volkswagen e-Golf kemur þér lengra en þú heldur á rafmagninu einu saman. Þú nýtir hreina innlenda orku, tekur aldrei eldsneyti, ert laus við olíuskipti og upplifir magnaðan akstur. Gríptu tækifærið núna og stökktu inn í framtíðina með Volkswagen e-Golf – 100% rafmagnsbíl.

Verðlistaverð: 4.540.000 kr.

**Tilboðsverð: 3.790.000 kr.**

Afsláttur 750.000 kr.



Volkswagen

5 ára ábyrgð fylgir fólksbílum HEKLU að uppfylltum ákvæðum ábyrgðarskilmála. Þá er að finna á [www.hekla.is/abyrgd](http://www.hekla.is/abyrgd)

[www.volkswagen.is](http://www.volkswagen.is)



HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · [hekla.is](http://hekla.is)  
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum

## Markmið, árangur og áskoranir

Fundir með Má Guðmundssyni seðlabankastjóra



Mátthias Guðmundsson seðlabankastjóri kynnir þróun, stöðu og áskoranir í peninga- og efnahagsmálum við lok 10 ára skipunartíma hans á opnum fundum:



**Ísafjörður,**  
mánudaginn 12. ágúst.

Stjórnsýsluhúsið á Ísafirði,  
klukkan 20:00.

Fundarstjóri: Einar Kristinn  
Guðfinnsson, fyrrverandi  
ráðherra og forseti Alþingis.



**Akureyri,**  
þriðjudaginn 13. ágúst.

Hof, klukkan 17:00

Fundarstjóri: Valgerður  
Sverrisdóttir, fyrrverandi  
þingmaður og ráðherra.



**Neskaupstaður,**  
miðvikudaginn 14. ágúst.

Egilsbúð, klukkan 20:00

Fundarstjóri: Smári Geirsson  
kennari og fyrrum formaður  
Sambands sveitarfélaga á  
Austurlandi.



**Árborg,**  
mánudaginn 19. ágúst.

Hótel Selfoss, klukkan 12:00

Fundarstjóri: Guðni  
Ágústsson, fyrrverandi  
þingmaður og ráðherra.

# Ríkisstjórnin á Ítalíu að falla

Mikill ágreiningur er innan ríkisstjórnar popúl-ista. Haustkosningar líklegar til að skila Norðurbandalaginu auknu fylgi samkvæmt könnunum.

**ITALÍA** Matteo Salvini, varaforsetisráðherra Ítalíu og formaður Norðurbandalagsins, hefur óskað eftir atkvæðagreiðslu í þinginu um vantraust á ríkisstjórn Ítalíu. Hann segir að samstarf stjórnflokkanna á Ítalíu sé á enda og vill kosningar.

Norðurbandalagið, flokkur yst til hægri í ítölskum stjórnmálum, er annar tveggja ríkisstjórnflokkanna ásamt Fimmstjórnuhreyfingunni. Hreyfingin, stærsti flokkur ítalska þingsins, er popúlísk hreyfing og andkerfissinnuð undir forystu Luigi Di Maio atvinnuráðherra.

Allt frá því að flokkarnir mynduðu saman ríkisstjórn í maí á síðasta ári hefur komið til alvarlegra árekstra á mörgum sviðum, allt frá svæðisbundnu sjálfræði, umbótum í dómkerfinu til varna gegn spillingu. Þá hafa stjórnflokkarnir deilt hart um ríkisútgjöld til hinna ýmsu málaflokka.

Nýjasti ágreiningurinn hefur verið um 8,6 milljarða evra fjármögnun háhraðalestar milli Tórinó á Ítalíu og Lyon í Frakklandi. Þingið kom saman úr sumarfríi á miðvikudaginn til að kjósa um málið og kusu stjórnflokkarnir hvor gegn öðrum. Þá hafa átök milli flokkanna aukist eftir að Norðurbandalagið



**Matteo Salvini,**  
formaður  
Norðurbanda-  
lagsins.

varð stærst ítalskra flokka á Evrópuþinginu í maí.

Að sögn breska blaðsins Financial Times er skuldabyrði ríkissjóðs Ítalíu sú næstmesta í Evrópu á eftir Grikklandi. Evrópusambandið hefur lýst áhyggjum af þenslu ríkisútgjalda. Salvini og Norðurbandalagið vilja ráðast í miklar skattalækkningar.

Luigi Di Maio segir Fimmstjórnuhreyfinguna ekki óttast kosningar í haust þrátt fyrir að skodanakannanir bendi til þess að Salvini og Norðurbandalagið muni vinna stórsigur í kosningunum. Gangi kannanir eftir mun Norðurbandalagið tvöfalda fylgi sitt og ráða meiru um stjórnarmyndunarviðræður.

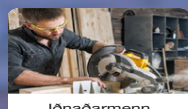
Reiknað er með að ítalska þingið komi saman í næstu viku og þá verði ríkisstjórnarsamstarfið leyst upp. Forseti Ítalíu, Sergio Mattarella, getur einn leyst upp þingið. Líkur eru því á kosningum í október.

david@frettabladid.is

## Þú finnur draumastarfið á Job.is



Heilbrigðisþjónusta



Iðnaðarmenn



Kennsla



Veitingastaðir

GLÆNÝ OG FERSK STÖRF  
Í HVERRI VIKU



Job.is

# NIJÓTA

**Finndu frelsið í fjöllum**  
Denver (Aspen) | München | Vancouver (Whistler)

Verð aðra leið frá 30.900 kr.  
Verð frá 51.500 Vildarpunktum

Bretti, skíði eða sleði? Drifhvítar brekkur við allra hæfi og ferskt fjallaloftið fela í sér loforð um ógleymanlega upplifun. Nú er rétti tíminn til að njóta lífsins á skíðasvæðum Evrópu og Norður-Ameríku.

ICELANDAIR

Þú ert númer **01** í röðinni



### Líf- og sjúkdómatryggingar

Til hvers að standa í biðröð þegar þú getur gengið frá líf- og sjúkdómatryggingum hvar og hvenær sem er á [vordur.is](http://vordur.is). Eftir hverju ert þú að bíða?

**ÞÚ ERT NÚMER EITT Í RÖÐINNI**





# VIKU

# TAXX

Allar vörur á taxfree tilboði\*



Reykjavík 10 – 18 virka daga  
Bíldshöfði 20 11 – 17 laugardaga  
13 – 17 sunnudaga

Akureyri 10 – 18 virka daga  
Dalsbraut 1 11 – 16 laugardaga

Ísafjörður  
Skeiði 1

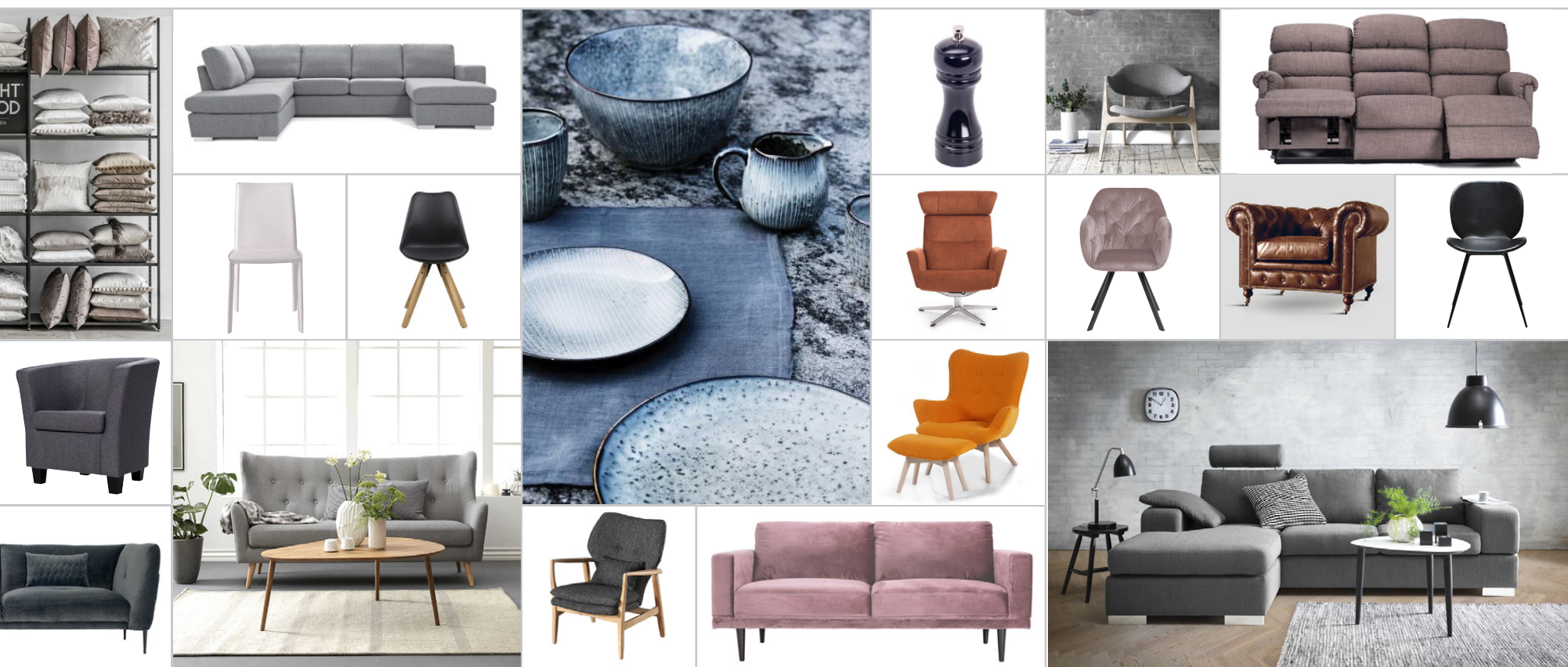
www.husgagnahollin.is  
558 1100

Upplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Tilboðið gildir frá 8. til 14. ágúst 2019.



# FRÉTTIR

\* Taxfree tilboðið gildir á öllum vörum nema frá littala og Skovby og jafngildir 19,35% afslætti. Að sjálf-sögðu fær ríkissjóður virðisaukaskatt af söluverði. Afslátturinn er alfarið á kostnað Húsgagnahallarinnar.





# Hvorki né



**Kristín Þorsteinsdóttir**  
kristin@frettabladid.is

**S**jálfstæðisflokkurinn á undir högg að sækja í skoðanakönnunum. Flokkurinn sem lengi vel gat gengið að þriðja hverju atkvæði vísu, mælist nú með tæplega tuttugu prósentu fylgi. Þessi staða kemur ekki á óvart. Þróunin alþjóðlega hefur verið sú að hefðbundnir kjölfestuflokkar geta ekki lengur gengið að fylgi sínu vísu. Efnahagshrunið 2008 kom flokknum illa, og hefur hann æ síðan verið í tilvistarkreppu.

Strax í kjölfarið vildi ný kynslóð forystumanna í flokknum halla sér að Evrópusambandinu og taka upp evruna. Núverandi formaður skrifaði blaðagreinar þeirri skoðun til stuðnings. En harðlínuöfl í flokknum hleyptu loftinu fljótlega úr þeirri blöðru. Hópur flokksmanna taldi sig í framhaldinu ekki eiga samleið með flokknum og stofnaði Viðreisn, sveit frjálslyndra og alþjóðasinnaðra fyrrverandi Sjálfstæðismanna.

Nú er staðan sú að Sjálfstæðisflokkurinn virðist vera milli steins og sleggju. Skynsamlega þenkjandi hægri fólk á kost í Viðreisn. Íhaldssamari og þjóðernissinnaðri kjósendur hafa Miðflokkinn. Andlegur leiðtogi og klapstýra síðarnefnda hópsins er fyrrverandi formaðurinn og núverandi ritstjóri Morgunblaðsins. Hann spyr nú eldi og brennisteini á síðum blaðsins.

Kannski er vandi Sjálfstæðisflokksins sá að hann hefur leitast við að þóknast öllum. Sigla lygnan sjó. Úr verða hvorki né stjórnmál. Sjaldgæft er að heyra flokksmenn eða kjörna fulltrúa færa hugmyndafræðileg rök fyrir máli sínu. Að nálgast mál frá markaðslegum forsendum eða hægri stefnu á ekki að vera feimnismál. Þvert á móti.

Sjálfstæðisflokkurinn stendur á krossgötum. Valið virðist standa milli þess að halla sér í átt til íhaldssamari gilda, og sækja á mið Miðflokksins og Framsóknar, eða að tala fyrir alþjóðlegum gildum og frelsi í viðskiptum. Umræðan um Orkupakkamálið gæti markað tímamót. Forysta flokksins hefur almennt staðið vörð um Evrópusamstarfið og staðið uppi í hárinu á íhaldssamari og popúliskari flokksystkinum.

Mögulega er þetta leiðarljós um hvernig Sjálfstæðisflokkurinn geti markað sér sérstöðu í breyttu pólitísku umhverfi. Látið popúlíska einangrunarsinna lönd og leið, en sótt á hinn vænginn. Talað af sannfæringu um frelsi í viðskiptum og alþjóðahyggu. Með því má kannski ná Viðreisnarkjósendum aftur heim. Nú er reynt að láta sverfa til stáls með undirskriftasöfnun innan Sjálfstæðisflokksins þar sem krafist er almennrar kosningar um afstöðu flokksmanna til þriðja Orkupakkans.

Miðflokksmenn hafa af listfengi áróðursmannsins náð því að slá sig til riddara í Klaustursfárinu. Þeir kunna að tala til síns hóps. En erindi þeirra í pólitík er óskiljanlegt, annað en að skapa persónu Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar vettvang á stjórnmálasviðinu. Saga sérframboda á óskýrri vegferð bendir til þess að ævintýrið verði skammlíft.

Sjálfstæðisflokkurinn ætti að hugsa til lengri tíma og hætta eltingaleik við mestu popúlístana hverju sinni.



**Kannski er vandi Sjálfstæðisflokksins sá að hann hefur leitast við að þóknast öllum. Sigla lygnan sjó. Úr verða hvorki né stjórnmál.**

## Gunnar



## Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



# Lykill að hamingju

**S**umarið líður senn undir lok. Haustið gengur í garð sem óskrifad blað og angan af nýydduðum blýöntum. Ný árstíð, nýtt upphaf, fögur fyrirheit; tékklisti yfir skref í átt að hamingju og heilbrigði.

En hvar skal byrja? Ekki vandamál. Samtíminn er með hamingjuna á heilanum, velferð sálar og líkama. Svörin láta ekki á sér standa.

Lifa og njóta. Maður verður að lifa og njóta. Því ef maður er ekki að njóta er maður ekki að lifa. Og við lifum jú bara einu sinni. Hverjum degi skal lifað eins og hann sé sá síðasti. Þú þarft að gera hluti. Ganga á fjöll, lesa bók, hlaupa maraþon og skrá þig á námskeið. Ferðast. Helst til Balí. Eða Víetnam. Þú þarft að gera þér gláðan dag og gera það gott. Gera, gera, gera. Gera betur í dag en í gær.

En okkur þarf líka að leiðast. Það er gott fyrir hugann að gera ekki neitt. Iðjuleysi er uppspretta hugmyndanna. Það er aðeins í tóminu sem eitthvað verður til. Maður verður að vera frjór. Og fyndinn. Segja brandara á Facebook. Hvað gerði Sigmundur Davíð í dag? Upp með simann.

Nei, niður með simann. Það er ekki hollt að sitja lengi. Og ekki flott að vera sófakartafla. Gott er að ganga. Ganga rösklega. Ná hjartslættinum upp. Upp, upp, upp. Upp í 150 slög á mínútu. Upp, upp mín sál og allt mitt geð. Upp, upp mitt hjarta og –

Nei, stopp, stopp, stopp. Það þarf að staldra við og þefa af rósunum. Fara sér hægt og dvelja í andartakinu. Andartakið er allt. Hitt er aðeins eftirsókn eftir vindi. Anda inn, anda út. Hvað á að hafa í kvöldmatinn? Nei! Ekki klúðra núvitundinni. Verð að fara á námskeið í hugleiðslu. Bæti því á tékklistann á meðan ég lifi í núinu. Því ekki má gleyma framtíðinni. Það þarf að gera plön. Setja sér markmið. Þú nærð ekki til tunglsins nema þú setjir markið á stjórnumnar.

Það er uppbókað til Víetnam. Ætli Richard Branson sé farinn að bjóða upp á ferðir út í geim?

Úps, andartakið; ekki gleyma að vera, vera hér og

nú og að njóta þess smáa. Leika við börnin. Byggja úr Legó. En ég þoli ekki Legó. Það gengur ekki. Þú verður að njóta. Það eru forréttindi að eiga börn. Og Legó. Það er ekki nóg að kubba heldur verður þér að finnast það gaman, gaman, njóta, njóta, njóta.

Og ekki gleyma sjálfri þér. Maður verður að rækta garðinn sinn. Hamingjusóm móðir, hamingjusóm börn. Mikilvægt er að leyfa sér að fara í ræktina, saumaklúbbinn, hugleiðslunámskeiðið, bókaklúbbinn, klippingu og litun, hitta vinkonurnar á „happy hour“, brosa, taka sjálfu, setja hana á Facebook: „Sjáið, ég er að lifa og njóta“. Gera, gera, gera. Því að gera er að vera – vera til.

Ég er það sem ég geri. En ég er líka það sem ég borða. Verður að vera heimalagað. Hver vill vera gangandi jurtafita, hert, í bland við E-334. Skræla, saxa, brytja, blanda, baka, borða – en ekki of mikið. En líka leyfa sér – en ekki of mikið. Vera góð við sjálfa sig – en ekki of mikið.

### Allt er gott í hófi – Er hóf gott í hófi?

Lifa og upplifa, gera og leiðast, berast með straumnum, stefna til stjarnanna, lifa í núinu, setja sér markmið, kokteill á hamingjustund, leika með Legó, saxa lauk, hamingjutár, anda, súrefni er frumefni lífsins. Og annað sem þarf að gera: Sofa. Við verðum að sofa. Mikið. Rannsóknir sýna það. Sálín hleðst í svefni.

Og þar höfum við lykilmál að hamingjunni: Gera allt, gera ekki neitt. Fara sér hratt, fara sér hægt. Standa kyrr, stefna til tunglsins. Standa í stað, alla leið til stjarnanna. Sinna sér, sinna öðrum. Vera hér og vera þar, alls staðar og hvergi, vakinn og sofinn, gera og lifa og njóta.

Sagt er að lifið sé það sem hendir okkur á meðan við erum upptekin við að gera aðrar áætlanir. Getur verið að hamingjuna sé að finna í glufunum milli þeirra stunda sem við erum upptekin við að leita hennar?



## Haltu þínu striki!

Harpatinum við gigtar- og liðverkjum. Bætir hreyfigetu og dregur úr stíðleika.

Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lífsins. Leitið til læknis eða lyfjafraeðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á serlyfjaskra.is.

Fæst án lyfseðils í næsta apóteki

Viðurkennt af Lyfjastofnun

# SUMARTILBOÐ BRIMBORGAR

LOKADAGAR!

EINNIG:

OPIÐ Í DAG  
KL. 12-16

SUMARTILBOÐ  
Á NOTUÐUM BÍLUM

ALLT AÐ  
1.600.000 KR.  
AFSLÁTTUR!

Sjáðu úrvalið á vefnum!  
notadir.brimborg.is



**VOLVO V40 CROSS COUNTRY**  
D2 Momentum Edition  
2.0 Turbo dísil, 120 hö, 5 dyra og sjálfskiptur

Búnaður innifalinn í D2 Momentum Edition umfram ríkulegan staðalbúnað er: Momentum útfærsla, leðuráklæði, málmlitur, leiðsögukerfi, Sensus Connect hljómtæki, 8 hátalarar, 7" skjár, Led aðalljós, Led lýsing í innréttingu, nálægðarskynjari að aftan og bakkmyndavél.

Verð: 5.238.000 kr.

Sumartilboð: 4.390.000 kr.

-848.000 kr.

TAKMARKAÐ  
MAGN!



GEGGJUÐ  
TILBOÐ!



**MAZDA 6 OPTIMUM**  
2.0 bensín, 165 hö, sjálfskiptur

Frábærir akstursegginleikar og ríkulegur staðalbúnaður einkenna Mazda 6 Optimum. Leðuráklæði, rafstýrð framsæti, GPS vegaleiðsögn, Bose hljómkarfi með 11 hátölurum, lykllaust aðgengi, 19" álfelgur, bakkmyndavél og aðlögunar-hæfur hraðastillir svo fátt eitt sé upptalið.

Verð með málmlit: 5.230.000 kr.

Sumartilboð: 4.730.000 kr.

-500.000 kr.



**FORD KUGA TITANIUM S AWD**  
2.0 TDCi dísil, 150 hö, 5 dyra og sjálfskiptur

Leðuráklæði á sætum, upphitanlegt stýri, lykllaust aðgengi og starthnappur, rafdrifinn afturhlæri með skynjara, Apple CarPlay og Android Auto, SYNC3 raddstýrt samskipta-kerfi, leiðsögukerfi með Íslandskorti, 8" snerti/litaskjár í miðjustokk, Easy Fuel án skrúfaðs bensínloks, dökkliðaðar rúður í farþegarymi, LED dagljós, bakkmyndavél, BLIS myndavél, bílastaðaðstoð, hraðastillir með nálægðarskynjara, nálægðarskynjari að framan og aftan, brekkuaðstoð, upphitanleg framrúða. Öryggisþakki sem innifelur m.a.: Árekstrarvörn, veglínuskynjara, ökumannsvaka, Cross Traffic aðvörn fyrir hliðarumferð og umferðar-skiltalesara. Aukabúnaður: Málmlitur, 10 Sony hátalarar og bassakeila í farangursrymi.

Verð með aukabúnaði: 6.400.000 kr.

Sumartilboð: 5.790.000 kr.

-610.000 kr.



**PEUGEOT 2008 ALLURE**  
1.2 bensín, 110 hö, sjálfskiptur

Peugeot 2008 Allure er glæsilegur og staðalbúnaður ríkulegur. Sætisstaðan er há og þú sest beint inn sem eykur þægindin. Vel fer um alla farþega. i-Cockpit ökumannsrymið er einstakt og farangursrymið er stærra en hjá mörgum sambærilegum bílum. Veghæðin er mikil, eða 16,5 cm undir lægsta punkt. Innifalinn aukabúnaður: Bakkmyndavél og málmlitur.

Verð með aukabúnaði 3.650.000 kr.

Sumartilboð: 3.250.000 kr.

-400.000 kr.



**CITROËN C4 SPACETOURER FEEL**  
1.2 bensín, 130 hö, sjálfskiptur 8 þrepa

Há sætisstaða og gott útsýni einkennir C4 SpaceTourer. Staðalbúnaður er ríkulegur og má þar nefna, 7" snertiskjár, Bluetooth snjallsímatengingu, 16" álfelgur, tölvustýrða miðstöð, armpúða á framsætum og þrjú jafnstór sæti afturí svo auðvelt er að koma jafnvel þrem barnabístólum fyrir. Innifalinn aukabúnaður: Bakkmyndavél, raffellanlegir speglar og málmlitur.

Verð með aukabúnaði 4.300.000 kr.

Sumartilboð: 3.850.000 kr.

-450.000 kr.



brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík  
Bíldshöfða 6 og 8  
Sími 515 7000

Opið virka daga kl. 9-17  
Laugardaga 12-16

Komdu í Brimborg strax í dag og tryggðu þér  
nýjan bíl á geggjuðu Sumartilboði!

brimborg.is

# Sé maður nógu góður er maður nógu gamall til að vera valinn í landsliðið

Foreldrar Cecilíu Ránar Rúnarsdóttur, 16 ára markvarðar kvennalandslíðsins, eru gríðarlega stoltir af dóttur sinni sem var valin í fyrsta sinn í A-landslíðið á fimmtudag. Faðir hennar segir að hún sé ekki bara mætt til að taka þátt og vera með á æfingum. Hún ætli sér stóra hluti í framtíðinni.

Benedikt Bóas  
Hínriksson  
benediktboas@frettabladid.is



**FÓTBOLTI** „Ég var glaður og stoltur og allt það en ég get alveg viðurkennt að þetta er aðeins á undan áætlun,“ segir Rúnar Haraldsson, faðir Cecilíu Ránar sem fagnaði 16 ára afmæli sínu ekki alls fyrir löngu. Cecilía var valin í A-landslíð kvenna á fimmtudag.

Aðalmarkvörður landslíðsins, Guðbjörg Gunnarsdóttir, er ólétt og verður því ekki með í komandi verkefnum en Cecilía mun berjast um stöðuna við þær Söndru Sigurðardóttur, markvörð Vals, og Sonný Láru Þráinsdóttur, markvörð Breiðabliks.

„Nú er það bara hennar að standa sig. Hún er ekki að fara á þessar æfingar bara til að vera með, svo mikið er víst. Það myndi koma mér mjög á óvart og væri alveg nýtt því þannig er ekki hennar karakter. Ég veit alveg hver hennar takmörk eru og þetta er vonandi bara fyrsta skrefið, en ég er kannski ekki alveg hlutlaus,“ segir Rúnar.

Móðir Cecilíu, Hrunn Guðmundsdóttir, var stóðd erlendis þegar kallið kom. „Það er leiðinlegt að vera í burtu á svona stórum degi. Hún er ótrúlega flott og hefur rosalega mikinn metnað og flott í öllu sem hún tekur sér fyrir hendur. Ég varð ótrúlega glöð fyrir hennar hönd,“ náði hún að segja við Fréttablaðið rétt áður en hún þurfti að fara um borð í flugvélinu til Íslands.

## Stærri en Renard

Knattspyrnuáhugamenn heyrðu trúlega nafn Cecilíu fyrst fyrir um tveimur árum þegar hún var þá rétt við fermingaraldurinn og spilaði fimm leiki fyrir Aftureldingu/Fram í 2. deildinni. Liðið flaug upp í Inkasso deildina þar sem hún var hún komin í rammann sem aðalmarkvörður.

„Júlíus Ármann Júlíusson, sem þjálfaði liðið, sá hana á æfingum og tók hana upp í meistaraflokkinn. Gefur henni séns og hún er komin í byrjunarliðið nánast fyrir fermingu,“ segir Rúnar og bætir við að aldur sé bara einhver tala. Ef maður er nógu góður sé maður nógu gamall.

„Hún er stór og ég held að hún sé orðin 188 sentimetrar sem gerir hana einum sentimetra stærri en Wendie Renard, sem er leikmaður Frakka og var hæsta konan á HM kvenna. Hún hefði sem sagt verið hæsti leikmaðurinn á HM sem við sáum og hlógum mikið að. Hún er



Cecilía, sem fagnaði sextán ára afmæli sínu á dögunum, hefur verið í U17 ára liði Íslands undanfarin ár en er nú í fyrsta sinn kölluð inn í A-landslíðið. Þar mun hún takast á við skotæfingar gegn Söru Björk og fleiri stjörnum.

## Landsliðsþjálfarinn spenntur

Cecilía, sem fagnaði sextán ára afmæli sínu á dögunum, hefur verið í U17 ára liði Íslands undanfarin ár en er nú í fyrsta sinn kölluð inn í landsliðið. „Ég hef ekki unnið með Cecilíu en er mjög spenntur fyrir því, ég hef hitt og rætt við fólkið í kringum hana í aðdraganda þess að við völdum hana í hópinn. Hún er auðvitað ung og óreynd á þessu stigi en er með tvo reynslumikla markmenn með sér sem eiga eftir að hjálpa henni gríðarlega mikið.“

allavega hærri en ég,“ segir hann og hlær.

Cecilía byrjaði snemma að æfa fótbolta. Fyrst með Þrótti en eftir að hún flutti í Mosfellsbæinn fóru hansarnir á loft. „Frá því á Þæju-



Allt gengið á bakvið landsliðsmarkvörðinn. Þorsteinn Magnússon, Hrunn, Rúnar, Birta Líf og Kjartan Stefánsson á Fylkisvelli. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

mótinu, þegar hún fór fyrst í mark, þá sá maður að það var eitthvað þarna. Taktarnir og annað, sem var henni svo eðlilegt að gera og er nánast vonlaust að kenna, var auðvelt. Hún hefur alltaf skarað

svolítið fram úr og fundið sig vel í markinu,“ segir hann og bætir við að hún hafi verið hörkuspilari áður en hún tók upp markmannshanskana. „Hún var hörkuleikmaður og er góð með boltann.

## Cecilía Rán Rúnarsdóttir

Fædd árið 2003

MÓT	LEIKIR
• A-deild	11
• B-deild	13
• C-deild	5
• Bikar	6
Samtals	35

- Nefnd í lið ársins í 2. deild kvenna árið 2017 á fótbolta.net
- Valin efnilegust í Inkasso deild kvenna 2018 af fótbolta.net
- Semur við Fylki í október 2018
- Valinn í A-landslíðið 8.8. 2019

● Nú er það bara hennar að standa sig. Hún er ekki að fara á þessar æfingar bara til að vera með, svo mikið er víst. Það myndi koma mér mjög á óvart.

Rúnar Haraldsson, faðir Cecilíu

Hún var byrjuð að vera betri en ég ansi snemma. Það er bullandi fótbolti í henni líka varðandi tækni og annað og trúlega gæti hún haldið á lofti yfir þúsund sinnum.“

## Lukkuskref að vera hjá Steina

Rúnar segir að það hafi verið mikil heppni fyrir dóttur sína að kynntast Þorsteini Magnússyni markmannsþjálfara. „Steini er búinn að vera með henni í einhver þrjú ár. Hann kynntist henni í KSÍ markmannsbúðum og hafði samband við mig og vildi vinna með henni.

Ég kynntist honum svo betur og vildi að hún væri hjá honum. Það var mikið lukkuskref. Svo fer hann til Fylkis á síðasta ári og verður markmannsþjálfari karla og kvenna. Cecilía fann eftir tímabilið í fyrri að hún vildi færa sig skrefi ofar og fara í Pepsi. Kjartan Stefánsson, þjálfari Fylkis, hafði verið verið að fylgjast með henni og fyrir okkur var þetta engin spurning eða efi að ganga í raðir Fylkis.

Nú er hún komin með markmannsþjálfarann sinn sem aðstoðarþjálfara og mann sem er á öllum æfingum sem er erfitt að toppa. Plús líka að ég vissi að Kjartan væri til í að taka áhættu með því að henda henni út í djúpu lauginu. Hún var bara 15 ára og flestir voru ekki alveg að kaupa það að hann ætlaði að setja 15 ára stelpu í mark í Pepsi Max deildinni. Svo þegar tækifærið kom þá greip hún það og hefur ekki litið um öxl síðan.

Ég held líka að hún hafi tekið lítil skref, ekki of stór í einu. Þetta snýst bara um að fá að spila. Það er það eina sem skiptir máli, finnst mér. Að finna stað þar sem leikmaður finnur traust og fær að spila.

En auðvitað er þetta að gerast hraðar en ég átti von á, eðlilega. En hitt var líka hratt. Að fara að spila með meistaraflokki UMFA áður en hún fermdist og vera komin í Pepsi Max aðeins 15, en landsliðið er auðvitað miklu stærra. Ég hef samt engar áhyggjur af henni.“

**NÝR OPEL AMPERA-E**

# AFHENDINGARHÁTÍÐ

## AMPERA-E

Nú afhendum við fyrstu bílana og sláum upp rafmagnaðri hátíð.

Krókhálsi 9  
10. ágúst kl. 12–16  
Ís, pylsur og gos



**100% rafmagnsbíll sem kemst lengra en þú heldur, rúmar meira en þú heldur og er sneggri en þú heldur.**

**Við gátum útvegað fleiri bíla**

og nú á enn betra verði vegna gengisbreytinga

**Verð frá 4.990.000,-**

Kynntu þér þína drægni á [opel.is](http://opel.is)



THE FUTURE IS EVERYONE'S

Nánari upplýsingar á [opel.is](http://opel.is)

Opnunartímar  
Virka daga 9–18  
Laugardaga 12–16

**Bílabúð**  
**Benna**

# Að duga eða drepast í Laugardalnum

Íslenska karlalandsliðið í körfubolta mætir Sviss í öðrum leik Íslands í undankeppni EuroBasket 2021 í Laugardalshöll í dag. Íslenska liðið má ekki við því að tapa fyrir Sviss sem mætir með sitt sterkasta lið, þar á meðal miðherja Houston Rockets í NBA-deildinni.

**KÖRFUBOLTI** Íslenska karlalandsliðið mætir Sviss í öðrum leik Íslands í undankeppni EuroBasket 2021 í Laugardalshöll í dag. Eftir naumt tap Íslands fyrir Portúgal í vikunni er landsliðið komið í þá stöðu að það má varla við því að tapa öðrum leik í riðlakeppninni ef Strákarnir okkar ætla sér áfram á næsta stig undankeppninnar. Efsta lið riðilsins fær þátttökurétt í umspilinu fyrir EuroBasket 2021 og er Ísland að reyna að komast í lokakeppnina þriðja skiptið í röð en með ósigri í dag eru örlögin ekki lengur í höndum íslenska liðsins.

Þetta er í níunda skipti sem Ísland mætir Sviss og hefur Ísland til þessa unnið tvisvar, síðast í undankeppni EuroBasket 2017 á heimavelli þar sem liðið lék á als oddi.

Íslenska liðið fékk ekki langan tíma til endurhæfingar eftir grátlegt tap fyrir Portúgal í vikunni á meðan Sviss hefur fengið heila viku til að undirbúa þennan leik.

„Undirbúningurinn hefur gengið ágætlega, við vorum búnir að undirbúa gögn um svissneska liðið og höfum verið að fara yfir það þó að auðvitað væri maður til í meiri tíma,“ segir Craig Pedersen, þjálfari landsliðsins, hreinskilinn spurður út í undirbúningstímann á milli leikja.

„Við þurftum að hætta undir eins að hugsa um þennan tapleik



Hörður Axel og Ragnar ræða málin á æfingu í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

í Portúgal. Við eigum möguleika á því að vinna herna heima og þá er allt jafnt í riðlinum. Auðvitað voru menn vonsviknir eftir leikinn í Portúgal þar sem hlutirnir dattu ekki með okkur í lokasókninni, þetta er annað árið í röð sem við töpum með minnsta mun úti í Portúgal en spilamennskan var góð. Það komu mistök en heilt yfir léku menn vel og við fengum gott framlag frá mörgum leikmönnum og við gerðum allt sem við ætluðum okkur þótt það hafi ekki dugað til.“

Stærsta verkefni Íslands er að

**Við þurftum að hætta undir eins að hugsa um þennan tapleik í Portúgal.**

Craig Pedersen

stöðva Clint Capela, miðherja Sviss sem leikur með Houston Rockets og var með 16,6 stig og 12,7 fráköst að meðaltali í NBA-deildinni síðasta



Jón Axel lék vel með íslenska liðinu í Portúgal. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

vetur en Craig minnti á Sviss væri einnig með öflugar skyttur.

„Clint er frábær í því sem hann gerir auk þess sem það eru öflugir leikmenn á vængjunum, góðar skyttur sem við þurfum að hafa góðar gætur á,“ segir Craig.

Það er því ærið hlutverk sem bíður miðherja íslenska liðsins að stöðva Capela í teig íslenska liðsins.

„Hann er frábær í vaggi og veltu (e. pick and roll) og frábær í kringum körfuna en hann vill helst vera sem næst körfunni. Hann er ólíkur mörgum af evrópsku miðherjunum

sem vilja jafnvel draga sig út fyrir þriggja stiga línuna,“ segir Hlynur Bæringsson sem er orðinn vanur því að mæta leikmönnum á þessu getustigi eftir að hafa farið tvívegis í lokakeppni EuroBasket.

„Maður er aðeins búinn að venjast þessu þótt það sé spennandi að takast á við leikmann sem er að spila með einu af bestu liðum NBA-deildarinnar. Hún dofna kannski aðeins með árunum, spennan við að takast á við þessar stjórnur,“ segir Hlynur glottandi.

kristinnpall@frettabladid.is

## Nýr og spennandi Hyundai i20.

Verð frá:  
**2.390.000 kr.**



### Sýndu skynsemi. Veldu nýjan i20.

Nýr i20 er fánlegur með sjálfvirkri neyðarhæmlun, akreinavara og sjálfvirkri hækkun og lækkun aðalljósa. Innréttingin hefur fengið nýtt og vandaðra yfirbragð, nýr 7" snertiskjár nýtir sér fullkomnustu margmiðlunartækni á borð við Apple CarPlay™ og Android Auto™.

Verið velkomin að reynsluaka nýjum og glæsilegum Hyundai i20.

OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16

**HYUNDAI**

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

**5** ÁR  
**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.

POTTURINN STEFNIR Í

75

MILLJÓÑIR





### BERGLIND PÉTURSDÓTTIR

sjónvarpsmaður

„Ég ætla að vera í Úkraínu á meðan þessir tónleikar fara fram og útiloka ekki að þessir tónleikar séu akkúrat ástæðan fyrir að ég ákvað að fara svona langt í burtu. Ég þekki ekki lög téðs Eds. Annars bara mjög hress.“



### ELLIÐI VIGNISSON

bæjarstjóri Ölfuss

„Ég geri ráð fyrir því að það sé þessi írski trúbadur sem ætlar að spila í Reykjavík, en nei þangað kemst ég ekki. Við í hinu öfluga Ölfusi erum enda að halda upp á hamingjuna þessa helgi og höfum boðað til okkur besta tónlistarfólk landsins þessa helgi því á föstudaginn bjóðum við upp á tónleika með t.d. Baggalút, Daða Frey og GDRN. Á laugardagskvöldið verður svo Jarli trúbadur úr Eyjum hjá okkur. Hver velur írskan trúbadur í Reykjavík um fram trúbadur úr Eyjum sem spilar í Ölfusi?“ spyr Elliði. „Ég hef nú ekki hlustað mikið á þennan ágætis mann. Heyrði þó að hann hafi samið lagið Drunk sem ég hef nokkurt gaman af.“



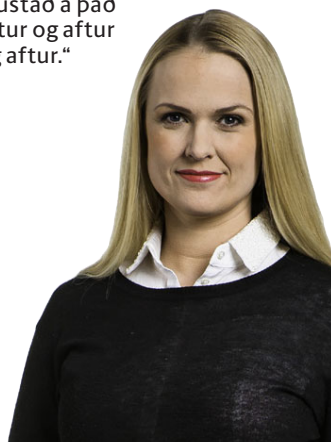
# Spennan magnast fyrir Sheeran

Eftirvænting er fyrir tónleika stórstjörunnar Eds Sheeran, en hann heldur tónleika hér á landi í kvöld og annað kvöld. Allt stefnir í langstærstu tónleika Íslandssögunnar. Fréttablaðið tók þekktu einstaklinga tali og spurði um upphaldslög þeirra og hvort þau ætli sér á tónleikana. Meðganga, bæjarhátíðir og Hinsegin dagar eru meðal þess sem kemur í veg fyrir mætingu.

### SIGRÚN ÓSK KRISTJÁNSDÓTTIR

sjónvarpsmaður

„Já, okkur hjónum áskotnaðist óvænt miðar á síðari tónleikana svo ég er að fara eftir allt saman. Ég er spennust fyrir að heyra hann taka I see fire sem var í myndinni The Hobbit. Ég get hlustað á það aftur og aftur og aftur.“



### AUÐUNN BLÖNDAL

sjónvarpsmaður

„Nei, því miður er ég ekki að fara á tónleikana. Veit ekki hvaða kæruleysi það er! Finnst hann geggjaður en hef verið sofandi þarna fyrir 2 árum þegar miðasalan fór í gang.“



### EYÞÓR ARNALDS

borgarfulltrúi

„Ég fer með börnunum mínum. Ed á ótrúlega marga smelli. Ætli Shape of you sitji ekki fastast. Fólk er mismunandi í laginu og það er elskað segir í laginu!“



### HANNA KATRÍN FRÍÐRIKSSON

þingmaður

„Ég fer ekki á tónleikana, enda verð ég á fullu að vera hinsegin alla helgina. Uppáhaldslagið mitt eftir Ed Sheeran er líklega bara Shape of you!“



### KRISTJÓN KORMÁKUR

fjölmiðlamaður

„Ég er í Ungverjalandi, á leiðinni til Vínarborgar og þessi Ed var vist hér í fyrradag. Ég fór ekki á tónleikana hér og fer nú ekki að gera mér ferð til Íslands til að sjá hann. Ég þekki engin lög með Ed þessum en sá hann þó um daginn syngja á pólskri sjónvarpsstöð eittvert lag með Justin Bieber. Það eina sem ég veit er að hann elskar Ísland og finnst gaman að vera í íslensku landsliðstreyjuni, svo hann vill vera einn af okkur, sem mér finnst einkennilegt, enda flest betra í útlöndum. Í ljósi alls þessa ætti ég að vera síðasti maðurinn sem fær spurningu um þennan geðþekka pilt, en ég skelli mér kannski á teknótónleika á meðan þið hin

skemmtið ykkur í Laugardalnum. Er ekki tónleikarnir annars þar?“



### MARÍA RUT KRISTINSDÓTTIR

aðstoðarmaður formanns Viðreisnar

„Nei, ég ætla ekki að fara. Erum á lokametrum meðgöngu og tökum enga sénsa þótt það kæmi fæðingunni eflaust af stað að mæta og dilla sér í takt við tónlistina! Uppáhaldslagið er samt klárlega Photograph – myndbandið maður ... gets me every-time.“



# PIER



**TORONTO** sófi grátt flauel. L230 x D94 x H67cm  
~~149.900 kr.~~ Nú 119.920 kr.



**MANHATTAN** sófi blátt flauel. L220 x D97 x H77 cm.  
~~189.900 kr.~~ Nú 151.920 kr.

**20%  
AFSLÁTTUR  
AF ÖLLUM  
SÓFUM**



**MUNICH** þriggja sæta sófi. L270 x D90 x H68 cm.  
~~229.900 kr.~~ Nú 183.920 kr.

**FEGRUM STOFUNA 20% AFSLÁTTUR**



**AROMA** ilmkerfi í ýmsum stærðum og ilmum.  
Verð frá 390 kr.



**20%  
AFSLÁTTUR AF  
ÖLLUM KERTUM  
OG ILMUM**



**MIDAS** ilmkerfi. 250 g.  
~~2.490 kr.~~ Nú 1.992 kr.



**VIENESSE** flauelispúðar.  
50 x 50 cm. ~~1.990 kr.~~ Nú 1.592 kr.

**20%  
AFSLÁTTUR AF  
ÖLLUM PÚÐUM**



**CORA** teppi. 100% bómull. 130x150 cm.  
~~3.990 kr.~~ Nú 3.192 kr.

**20%  
AFSLÁTTUR AF  
TEPPUM OG  
GÆRUM**

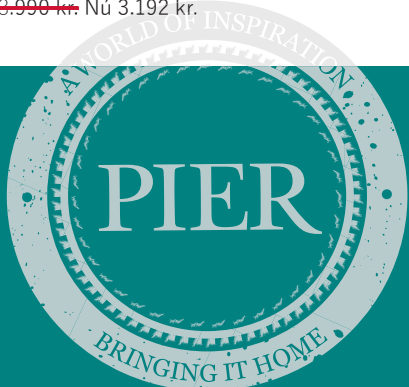


**RUBY** gæruskin. Margir litir.  
~~9.990 kr.~~ Nú 7.992 kr.

**20%  
AFSLÁTTUR AF  
HÆGINDASTÖLUM**



**KALMAR** stóll. ~~69.900 kr.~~ Nú 55.920 kr.  
Skemill. ~~29.900 kr.~~ Nú 23.920 kr.



[www.pier.is](http://www.pier.is)

Gildir 8. ágúst - 14. ágúst. \*Gildir ekki með öðrum tilboðum.

**KORPUTORG**

LAU. OG SUN. 12-18 - VIRKIR DAGAR 11- 18:30

**SELFOSS**

LAU. OG SUN. 10-18 - VIRKIR DAGAR 11- 18:30





# ENSKI BOLTINN

## á Síminn Sport

Boltinn er farinn að rúlla á **Síminn Sport**. Boðið verður upp á enn fleiri leiki en áður, UHD-útsendingar og spennandi íslenskt ítarefni.

Sjónvarpsstöðin **Síminn Sport** er innifalin í **Sjónvarpi Símans Premium**, en stök áskrift kostar **4.500 kr.** á mánuði. Stöðin er aðgengileg á öllum dreifikerfum Símans, Sýnar, Hringdu og Nova.

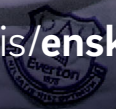
Gakktu frá áskrift á [siminn.is/enski](http://siminn.is/enski) eða í síma **800 7000**



# 4.500

 kr.

Síminn Sport er innifalin í  
**Sjónvarpi Símans Premium**



Fyrsti þáttur  
á sunnudag!

# VÖLLURINN

Tómas Þór stýrir nýjum og ferskum umræðuþætti  
á sunnudögum á Síminn Sport.

Góðir gestir og einvalalið sérfræðinga fara yfir allt  
það helsta úr leikjum helgarinnar, strax að síðasta  
leik loknum. Fylgstu með Vellinum í allan vetur.

## Leikir helgarinnar

<b>LAU.</b>	11.00	<b>WEST HAM – MAN. CITY</b>
	13.30	<b>CRYSTAL PALACE – EVERTON</b> <i>Opin dagskrá!</i>
	16.00	<b>TOTTENHAM – ASTON VILLA</b>
<b>SUN.</b>	12.30	<b>NEWCASTLE – ARSENAL</b>
	15.00	<b>MAN. UTD. – CHELSEA</b>
	17.30	<b>VÖLLURINN</b>



nettó

HÚSAMÍÐJAN

Coca-Cola

ICELANDAIR

siminn.is/enski



Högni og Arndís eru miklir vinir. Arndís segist hafa móðurtilfinningu gagnvart honum og tvíburabróður hans, Andra. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

# Vinátta listelskra systkina

Systkinin **Arndís** og **Högni Egilsbörn** tala um fjölskyldu-söguna og vináttuna sem einkennir samband þeirra. Listin færir þau enn nær hvort öðru og stundum fá þau tækifæri til að vinna saman.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir  
kristjana@frettabladid.is



Það er bjart yfir systkinunum Arndísi og Högna sem koma til fundar við blaðamann í blómum prýddum Alþingisgarðinum. Högni hefur verið á tónleikaferðalagi um landið og undirbýr tónleika með Hjaltalín í Eldborg. Og í næstu viku verður frumsýnd ný íslensk kvikmynd, Héraðið, í leikstjórn Gríms Hákonarsonar þar sem Arndís fer með aðalhlutverk.

Þó að það sé sextán ára aldursmunur á þeim eru þau Arndís og Högni bundin sterkum böndum og eru nán.

„Ég hef mikla móðurtilfinningu gagnvart Högna og tvíburabróður hans, Andra. Þeir eru yngstir en við erum fjögur systkinin, ég er elst, þá er það bróðir okkar hann Hrafnkell sem er fimm árum yngri en ég. Áður en Högni og Andri fæddust misstum við bróður okkar,“ segir Arndís frá en Egill Högni lést eftir skammvinn veikindi aðeins fimm ára gamall.

„Þetta var eins og náttúruhamfarir sem komu yfir fjölskyldu okkar. Mamma varð ólétt að Högna og Andra ári eftir að hann dó. Þá var ég sextán ára gömul og mér fannst ég þurfa að passa þá gagnvart heiminum. Ég var í MH á brjáluðu tímabili og að ganga í gegnum unglingsárin

en var á sama tíma haldin þessari ríku ábyrgðartilfinningu.“ segir Arndís frá og Högni tekur undir að missirinn hafi komið yfir fjölskylduna eins og hamfarir.

## Missti trúna á hið góða

„Allir skilja það að fjölskyldan okkar missti trúna á hið góða þegar litli strákurinn þeirra var tekinn frá þeim. Foreldrar okkar skildu og það varð erfitt á heimilinu,“ segir Högni. Þau taka það samt bæði fram að þau hafi fengið mjög kærleiksrikt og hvetjandi uppeldi enda foreldrar þeirra gott fólk. En skilnaður tekur á alla fjölskyldumeðlimi og er aldrei auðveldur. Ég upplifði ekki fráfall bróður míns, en tómarúmið sem ríkti á eftir,“ segir Högni og segist ríkur að hafa átt sterka systur sem var honum mikil fyrirmynd.

„Ég bý við endalausán kærleika frá systur minni og hún var mér sterk fyrirmynd. Hún var töff og með fjólublátt hár, hún hlustaði á góða tónlist, franska og gamla slagara og átti flippaðan myndlistarkærasta. Hún flutti til Parísar um tvitugt í nám og við fengum að heimsækja hana þangað nokkrum sinnum. Ég varð fyrir miklum áhrifum af Arndísi og ég leit upp til hennar.“

Systkinin voru bæði listelsk frá unga aldri. „Þú varst alltaf að teikna, ég man eftir því að þú teiknaðir afar listrænar og flottar myndir aðeins tíu ára gamall,“ segir Arndís og Högni rifjar upp ferðalag til Flórída með pabba þeirra.

„Ég man eftir þessu. Við fórum í frí með pabba til Flórída. Hann vildi fara í svona týpískt fjölskylduferðalag og bjóða okkur í Disneyland. Við borðuðum svo mikið af hamborgurum, þú sagðir að við hefðum öll komið eins og tunnur til baka,“ segir Högni og Arndís skellir upp úr og segist handviss um að það hafi ekki verið hún sem hafði þau orð um ásigkomulagið á þeim eftir hamborgaraátið í Flórída heldur mamma þeirra.



ÉG VISSI STRAX ÞÁ AÐ ÉG

YRÐI AÐ ÞORA AÐ VERÐA

LISTAMAÐUR OG LÍKA AÐ

ÞAÐ GÆTI ORÐIÐ HÆTTU-

LEGT. MAÐUR GETUR AÚD-

VITAD ENDAÐ SEM GALINN

MAÐUR Á STOFNUN.

„En alla vega þá teiknaði ég dramatískar myndir. Sat í bílnum á hraðbrautinni og teiknaði sólina með svörtum kolum. Teiknaði myrkríð í lifinu þarna í Flórída,“ segir hann brosandi.

„En það er rétt hjá Arndísi að ég var strax á þessum aldri staðráðinn í að verða listamaður og var haldinn þessari óslökkvandi forvitni og þrá. Ég vissi strax þá að ég yrði að þora að verða listamaður og líka að það gæti orðið hættulegt. Maður getur auðvitað endað sem galinn maður á stofnun,“ segir hann og gerir grimmt grín að sjálfum sér. Högni lýsti fyrir nokkrum árum reynslu sinni af því að greinast með geðhvörf og hefur tekið virkan þátt í að opna umræðuna um þýðingu þess að takast á við djúpar geðsveiflur og varpa burt skömm og alls kyns mýtum sem fylgja því.

## Geðhvörf og tungumálið

Hefur það einhvern tímann verið byrði að nærri allir landsmenn vita hvað þú ert að takast á við?

„Nei, það held ég það ekki. Þetta er bara svona,“ segir Högni. „Það

skiptir miklu máli að vinna að betri samfélagslegri meðvitund um geðheilbrigðismál og opna á umræðuna.“

Finnst þér þá skipta máli að þeir sem eru með geðhvörfin lýsi reynslu sinni til að rétta af myndina?

„Já, það er til dæmis ennþá talað um að fólk sé veikt þegar það er í manni. Ég er ekki sammála því að nota tungumálið á þennan hátt um geðhvörf. Ég gæti farið í rándýra greiningu á geðhvörfum og rætt um andatru, goðsögu, menningarsögu, drauma og það hvernig hugmyndir hafa mótast um hugarburð okkar. En ég bíð aðeins með það. Það sem skiptir máli er hins vegar að inn-sæi og reynsla okkar sem erum að takast á við þetta skiptir máli. Ég er um þessar mundir að ljúka við gerð heimildarmyndar um þessi mál efni ásamt Andra Snæ Magnasyni, um heimsókn mína til filaprinsessunnar í Nepal sem er einnig með geðhvörf.“

Myndin sem Högni segir frá ber vinnutitilinn Þriðji póllinn og segir frá filaprinsessunni Önnu Töru sem kallar til sín Högna til að kveða niður skömmina sem fylgir geðhvörfum með því að halda saman tónleika í Katmandú.

## Einveran í Búðardal magísk

Þau sitja ekki auðum höndum, systkinin, og þess er ekki langt að biða að landsmenn fái að horfa á nýjustu kvikmynd Gríms Hákonarsonar, Héraðið. Hún verður frumsýnd 14. ágúst og fjallar um kúabóndann Ingu sem Arndís leikur. Tökur fóru að miklu leyti fram við Erpsstaði í Dalasýslu og Arndís þurfti að undirbúa sig undir hlutverkkið og réð sig í sveit til Heiðu Guðnýjar fjallabónnda til að læra réttu handtökin.

„Helga og Þorgrímur, bændurnir á Erpsstöðum þar sem myndin er tekin upp, hjálpuðu mér líka að finna taktinn í bústörfunum og kenndu mér á traktora og alls kyns fleiri tryllitæki. Ég er borgar-

# Frábærar Borgarferðir

LOVE  
is  
love

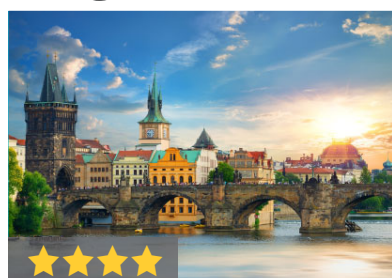
Flug &  
gisting frá kr.  
**77.895**



Ertu með hóp?

Hafðu samband við okkur á [hopar@heimsferdir.is](mailto:hopar@heimsferdir.is)  
og fáðu tilboð í þinn hóp.

**Prag** 26. september og 3. október **4 & 3 nætur**



**Clarion Congress Hotel**

Frá kr. **77.895**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



**Búdapest** 19. október í **4 nætur**



20.000 KR. AFSLÁTTUR Á MANN

**Hotel Hungaria City Center**

Frá kr. **79.995**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



**Valencia** 11. október í **4 nætur**



**Hotel Silken Puerta Valencia**

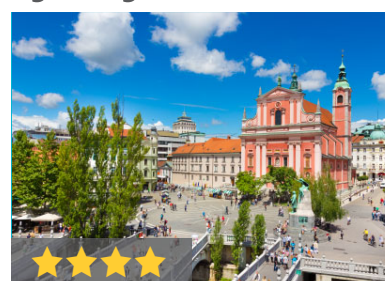
Frá kr. **99.395**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



**Ljubljana** 3 & 25. október í **3 nætur**



**Hotel Park**

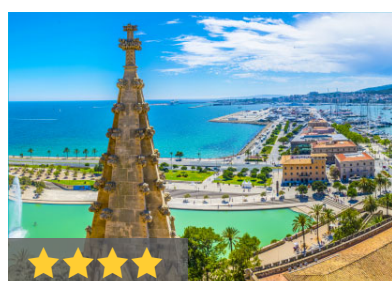
Frá kr. **96.995**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



**Palma de Mallorca** 31. október í **4 nætur**

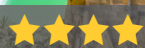


**Joan Miró Museum**

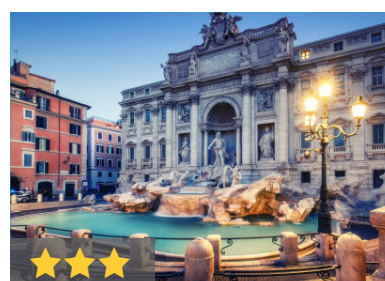
Frá kr. **97.995**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



**Róm** 1. nóvember í **4 nætur**



**Smooth Hotel Rome**

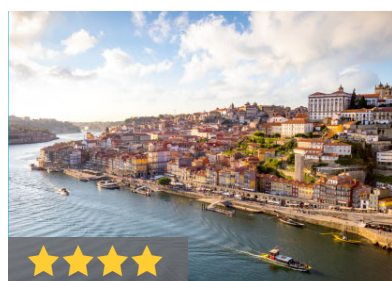
Frá kr. **99.995**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



**Porto** 14. nóvember í **3 nætur**



**Hotel Eurostars Heroismo**

Frá kr. **97.995**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



**Albert og Bergþór í Róm** 1. nóvember



4 NÁTTA SÆLKERAFERÐ

Gist er á hótelinu Londra E Cargill ★★★★★

Gleðigjafarnir Albert og Bergþór eru  
mættir aftur til leiks og munu með  
sinni algæri snilld og gleði krydda  
borgarferðina okkar til Rómar  
haustið 2019.

Frá kr. **139.995**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður



595 1000 • **Bókaðu þína ferð á** [heimsferdir.is](http://heimsferdir.is)

**Heimsferðir**



Frilanslífið getur verið taugatrekkjandi og efinn fylgir því að skapa. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



## Hádegisfundur með þingflokki sjálfstæðismanna

Í dag, laugardaginn 10. ágúst kl. 11:00 stendur þingflokkur Sjálfstæðisflokksins fyrir opnum fundi í Valhöll, Háaleitisbraut 1.

Á fundinum mun Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins og fjármála- og efnahagsráðherra, ræða stjórnáviðhorfið og sitja þingmenn síðan fyrir svörum.

Kaffiveitingar og allir velkomnir!



Á réttri leið

SJÁLFSTÆÐISFLOKKURINN

barn, var aldrei send í sveit sem barn og þurfti að læra réttu handtökin. Tökurnar fóru svo að mestu fram þar síðasta vetur og reyndu á líkamlega. Ég þurfti að læra mikið, það var kalt og ég var alltaf í þessum kraftgalla. En þetta var magnað tímabil og kærleiksrikt með samheldnu fólki sem mér þykir vænt um. Ég var mikið ein og það kom mér á óvart hvað það reyndist mér vel. Ég bjó í litlu húsi í Búðardal sem stóð við hafið. Og þar var ég mest ein, í nærri tvo mánuði. Mér fannst þetta mjög gott fyrir fókusið. Auðvitað saknaði ég fjölskyldu minnar og fór heim í páskafrí og svona. En ég á alveg magiskar tófrastundir innra með mér þar sem ég sat snemma á morgnana og seint á kvöldin við gluggann og horfði út á hafið. Mér finnst ég aldrei hafa séð jafn fallegan himin. Meira að segja Úlfhildur dóttir mín sem kom til mín í heimsókn í húsið ásamt eiginmanni mínum, Eiríki Stephensen, sagði við mig um daginn, mamma, eigum við ekki að fara einhvern tímann aftur í þetta hús í Búðardal? Hún fann þetta líka, alveg einstaka fegurð, einbeitingu og ró.“

Og hvernig myndir þú lýsa aðal-söguhetjunni, Ingu?

„Inga er kúabóndi og rekur stórt kúabú í einhverjum firði á Íslandi. Börnin eru orðin stór og farin í skóla. Hún og maðurinn hennar eru þarna ein en hann deyr þarna í byrjun myndarinnar. Í þessu sorgarferli þá uppgötvar hún ýmislegt. Til dæmis spillingu í samfélaginu og hún fer í baráttuham. Þetta er í raun klassísk saga lítilmagna sem ris upp gegn yfirvaldinu og hún er svolitil jaðarmanneskja þarna í bændasamfélaginu sem er mest karlar. Hún er að minnsta kosti ekki alveg normið þarna í sveitinni.“

### Ástin getur verið innantóm

Högni hefur verið á tónleikaferðalagi um landið. Hann hélt ellefu tónleika á tveimur vikum.

Finnst þér gott að vera úti á landi? Finnur þú fyrir einbeitingu og friði eins og systir þín?

„Ég ihuga meira í náttúrunni. Það verður til samhengi við náttúruna. Að fylgjast með tímanum líða út frá sjónarhóli trés. Eða hugsu um það hvernig jörðin snýst út frá óravíddum geimsins. Mér finnst verðmætt að fá tíma til þess að vera einn. Maður finnur einhvern sannleika og þarf tíma og fókus til þess. Ég hugsaði svolítið um hlýnun jarðar í sumar og hvaða meðvitund fólk þarf til þess að takast á við vandann. Og praktískar lausnir á því. Við þurfum að standa við Parísarsáttmálann. Ég hugsaði líka um ástina og kærleikann. En hún getur verið svo innantóm og afvegaleiðandi, því án vits komumst við ekki áfram. Ástin er ekki nóg, það þarf að gera eitthvað.“

Systkinin hafa nokkrum sinnum unnið saman og nú semur Högni tónlistina fyrir aðra kvikmynd sem Arndís fer með hlutverk í, Ölmú, í leikstjórn Kristínar Jóhannesdóttur en Snæfríður Ingvarsdóttir, unnusta Högna, leikur aðalhlutverkið. Kvikmyndin er í vinnslu og verður líklega sýnd á næsta ári.

„Það er gott að tengjast líka sem vinnufélagar, þá hitti ég þig líka meira,“ segir Arndís.

„Þetta er magnað verk Kristínar og ég hlakka til þegar landsmenn fá að sjá kvikmyndina. Ég væri annars til í að semja sínfónískt verk um þig, svona ævintýri þar sem þú ert skessa!“ segir Högni og Arndís hlær.

### Laxasalat og línuskautar

Högni, segðu mér eitthvað um Arndís sem lesendur hafa ekki minnsta grun um.

„Hún elskar rækjusalat. Nei, laxasalat, sem er svo miklu verra,“ segir hann og þau hlæja bæði. „Ég meina hver borðar eiginlega laxasalat?“ bætir hann við og Arndís reynir ekki að verja þessa athugasemd hans þrátt fyrir ást sína á laxasalati.

En hvað um hann Högna? Spyr blaðamaður og gefur Arndís tækifæri til að svara fyrir sig.



### FÓLK HELDUR AÐ ÞAÐ

### VITI ALLT UM HÖGNA.

### EN ÞAÐ GERIR ÞAÐ ALLS

### EKKI. HANN ER OFSALEGA

### BARNGÓÐUR, MJÖG GÓÐUR

### OG SKEMMTILEGUR VIÐ

### STELPUNA MÍNA OG MÉR

### ÞYKIR ROSALEGA VÆNT

### UM ÞAÐ. HANN ER LÍKA

### ALVEG FÁRÁNLEGA GÓÐUR

### Á LÍNUSKAUTUM.

„Fólk heldur að það viti allt um Högna. En það gerir það alls ekki. Hann er ofsalega barngóður, mjög góður og skemmtilegur við stelpuna mína og mér þykir rosalega vænt um það. Hann er líka alveg fáránlega góður á línuskautum,“ segir Arndís.

„Ég elskaði að fara á línuskauta sem krakki. Fór á Ingólfstorg og stökk á þeim úr tröppunum. Æðsti draumur minn þá var að komast á spons hjá Intersport. Nú væri ég meira til í spons frá Bang & Olufsen. Annað sem fáir vita um mig er að ég er gríðarlegur keppnismaður og legg mikið á mig til að verða góður í því sem ég geri. Að spila tónlist. Ég æfi mig mikið. Fólk hefur stundum skrytnar hugmyndir um músík, að hún komi til manns á einhvern dularfyllan hátt. En hún snýst um hárfina og nákvæma, mikla vinnu. Hún er gáfa sem þarf stöðugt að vera að vinna í og tengja við. Tónskáld er maður sem vaknar á morgnana, burstar tenurnar, horfir á spegilmýnd sína og hugsar, ég nenni ekki að fara að vinna í dag. En gerir það samt. Því músík er þess virði, hún er svo merkileg. Hún er ósýnilegt andrúmsloft tíðna heimsins. Allt sem við sjáum er tíðni, tónlistin er leikur að tíðninni og magnað afl.“

### Frilanslífið taugatrekkjandi

Stór verkefni eru fram undan hjá þeim báðum í vetur. Arndís er að fara að leika í verkinu Engillinn í Þjóðleikhúsinu sem er byggt á gjörningum og leikritum Þorvaldar Þorsteinssonar og Högni undirbýr tvenna stórtónleika Hjaltalín sem verða í Hörpunni í september.

„Þegar maður er frilans þá koma reglulega stundir þar sem maður hugsar, æi, ég fæ engin hlutverk. Ég á bara eftir að leika þessa bóndakonu og svo verður ekkert meir.“

Högni kannast vel við þennan hugsunarhátt. „Já, maður hugsar bara með sér, æi, nú þakka ég bara saman og fer að læra fiskihagfræði og sel fisk. Ég er ömurlegur listamaður.“

„Þetta er bara hluti af manni, kannski taka sumir skarpari dýfur. Frilanslífið getur verið taugatrekkjandi en það er líka gott,“ segir Arndís.

„Þú hefur engan til að verja. Ert frjáls, með fullri virðingu fyrir þeim sem eiga ekki kost á þessu frelsi. Frelsið er dýrmætt öllum listamönnum,“ segir Högni.

„Mér finnst eðlilegt að efast reglulega um hvað maður hefur fram að færa. Þú ert eiginlega algjör fáviti ef þú efast ekki nokkurn tímann,“ segir Arndís.

Högni minnir á að það megi þó ekki staldra lengi við í sjálfsgagnrýni.

„En samt er engin dyggð að efast. Það á enginn að smækka sig. Þú átt að þora að taka þér þá pláss sem þú þarft og það er skylda þín sem manneskja að gera það sem hugurinn stendur til.“

# HELGIN

LAUGARDAGUR 10. ÁGÚST 2019

## Helgin



Hinsegin dagar í Reykjavík hófust á fimmtudaginn og standa yfir til 17. ágúst. Dagskráin er fjölbreytt og eitthvað í boði fyrir alla aldurshópa. Dragdrottningin Starína ætlar að lesa fyrir börn í dag. ➔4

### EINSTAKT KOLLAGEN RAKAKREM

GEFUR GÓÐA  
NÆRINGU OG  
MIKINN RAKA



Fæst í apótekum, Heilsuver,  
www.lyfja.is og www.heilsanheim.is



Hafrún Ósk er að fara í annað skipti á Ed Sheeran tónleika. Hún segir að upplifunin sé mögnuð og algjörlega meiriháttar að sjá hann á sviði. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# Hver mínúta með Ed Sheeran dásamleg

Hafrún Ósk Sigurhansdóttir varð heldur betur undrandi þegar hún tók upp jólagjöf frá eiginmanninum 2017. Þar leyndist ferð til Dyflinnar á tónleika með stórstjörnunni Ed Sheeran. Í kvöld fær hún að upplifa þá aftur. ➔2

## Framhald af forsiðu →

Elin  
Albertsdóttir  
elin@frettabladid.is



Hafrún Ósk segir að jólagjöfin hafi komið henni stórkostlega á óvart. Hún hafi verið mikill aðdáandi Eds Sheeran og tónleikarnir voru fyrirhugaðir 18. maí 2018. „Ég gat varla bedið. Raunar er ég óendanlega mikill Eurovision-aðdáandi og var dauðhrædd um að þetta myndi skarast en svo reyndist ekki vera. Hafði hugsað mér að fara til Portúgal og sjá keppnina með eigin augum en fékk ekki miða sem betur fer. Ed Sheeran tónleikarnir voru algjörlega ógleymanleg lífsreynsla og Eurovision-lögin í fyrri urðu að láta í minni pokann þar sem Ed var alltaf á fóninum hjá mér,“ segir Hafrún. „Mig hafði lengi dreymt um að sjá hann á sviði þannig að ósk mín var að rætast. Með gjöfinni fylgdi mynd af mér og Ed sem eiginmaðurinn hafði haft fyrir að fótósjoða. Sagan er reyndar hálfsgöð því ég gleymdi að opna þennan pakka og var farin að taka til eftir pakkaflóðið með sópinn í hendinni þegar gjöfin uppgötvaðist. Ég fór bara að gráta með kústinum upp við öxlina,“ segir Hafrún og skellihlær þegar hún rifjar þetta upp.

## Með stjörnunni í návígi

„Það eru ekki til nein orð sem lýsa því nógu vel hversu geggjaðir þessir tónleikar voru, fóru langt fram úr væntingum. Þeir fóru fram í stórum garði, Phoenix Park, í Dyflinni. Við mættum snemma, upp úr eitt eftir hádegi en svæðið var ekki opnað fyrr en klukkan hálf fimm. Við settumst bara niður og höfðum það notalegt í rosalega góðu veðri,“ útskýrir hún. „Reyndar vissum við ekki þá að þeir sem myndu mæta fyrstir á svæðið fengju besta staðinn fyrir framan sviðið. Fimm hundruð manns komust þangað og þar á meðal við.“

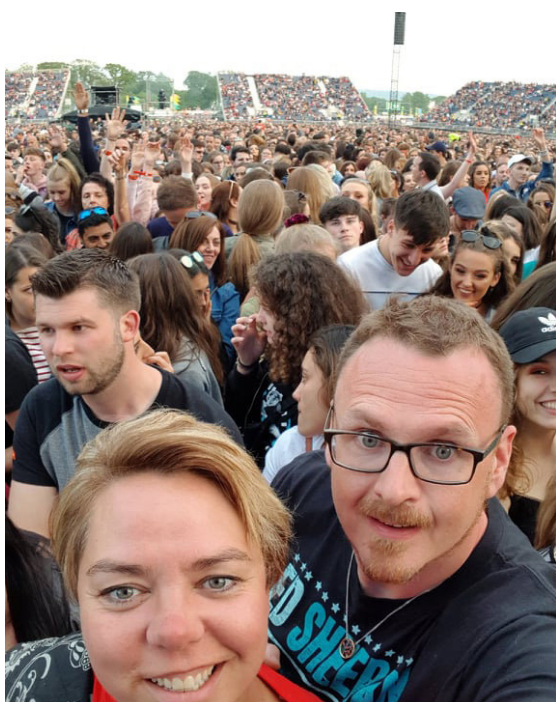
Hafrún segir að eiginmanninum, Birni Albertssyni, hafi ekki litist á blikuna fremst við sviðið. Vildi helst ekki taka pláss frá öllum unglingsstelpunum. „En við vorum þarna allt til enda. Fórum hvorki á salerni né að kaupa bjór. Satt að segja var hver einasta mínúta dásamleg. Á tónleikunum voru um 60 þúsund manns. Það voru þrennir tónleikar í Dyflinni og sami fjöldi á þeim öllum,“ upplýsir Hafrún.

## Allir sungu með

Þeir sem komu fram með Ed á tónleikunum voru hin vinsæla Anne-Marie, Jamie Lawson og Beoga.



Áhorfendur geta átt von á stórkostlegum tónleikum að því er Hafrún Ósk segir og hún hefur reynsluna.  
FRÉTTABLAÐIÐ/  
ERNIR



Á tónleikum Eds Sheeran í Dyflinni. Þar voru sextíu þúsund áhorfendur.

Hafrún segir að upphitunin hafi því einnig verið stórkostleg. „Það var geggjað að sjá Anne-Marie. Hún er stórkostleg söngkona. Flutti meðal annars hið vinsæla lag Rockabye. Um leið og tónleikarnir hófust með upphitun fór fjórið í gang og ótrúleg stemming strax meðal áhorfenda. Allt gekk ótrúlega vel fyrir sig. Ed sjálfur var alveg á réttum tíma og ég minnst þess ekki að hann hafi tekið

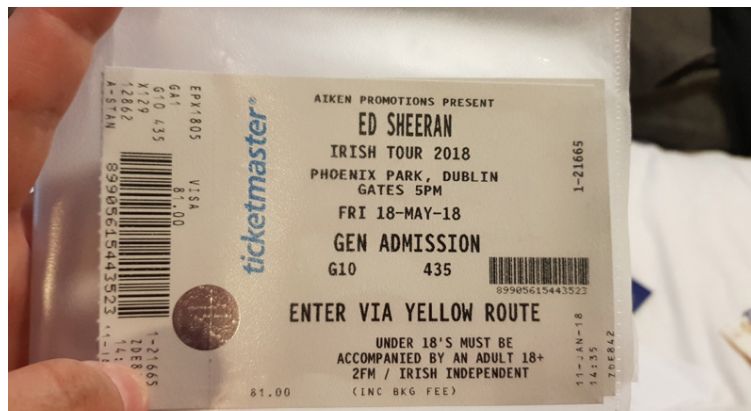
nokkra pásu. Eiginlega trylltist allt þegar hann mætti. Það er svo stórkostlegt að sjá manninn einan á sviðinu allan þennan tíma og hann hélt áhorfendum heilluðum allan tímann. Ég held að hver einasti maður á svæðinu hafi sungið með honum, allir kunnu textana og lögin. Ég fæ enn gæsaþúð yfir því hvað þetta var æðislegt og hlakka rosalega til að sjá hann aftur,“ segir Hafrún og er greinilega orðin mjög spennt. „Ég er samt búin að lofa mannum mínum að standa ekki upp við sviðið að þessu sinni,“ bætir hún við í gamansömum tón. Hafrún segist hafa verið með þeim fyrstu sem keyptu miða á tónleikana á Laugardalsvelli. „Ég hefði getað fengið miða í stúkunnunni en langaði frekar að geta hreyft mig og labbað um.“

## Magnaður á sviði

Ed Sheeran hefur lengi verið í miklu uppáhaldi hjá Hafrúnu og hún segir að það hafi fyrst og fremst verið lögin hans sem heilluðu. „Ég þekki öll lögin og finnst þau æðisleg. Sum lög sem maður tekur ekkert sérstaklega eftir á Spotify verða mögnuð þegar hann flytur þau á sviðinu. Hann skiptir um gítar eftir hvert lag og það er mjög gaman að fylgjast með honum á sviðinu.“



Sviðið var glæsilegt hjá Ed Sheeran.



Miðarnir sem Hafrún fékk í óvænta jólagjöf frá eiginmanninum.

Hafrún hafði ekki áður farið á tónleika erlendis en hún hefur séð nokkrar þekktar hljómsveitar hér á landi, meðal annarra Duran Duran. „Mig hefði langað til að sjá Adele en hún hefur ekki verið með tónleika lengi. Núna hugsa ég bara um Ed Sheeran tónleikana í kvöld. Þeir sem eru með miða eiga eftir að fá stórkostlega og ógleymanlega upplifun. Maðurinn minn var ekkert spenntur fyrir Ed áður en við fórum til Dyflinnar en núna hlakkar hann líka mikið til. Þetta er rosalegt „show“ og algjörlega einstakt,“ segir Hafrún sem hefur alltaf verið mikill tónlistarunnandi.

## Algjör Eurovision-nörd

„Ég hef náttúrlega alltaf verið rosalegur Eurovision-nörd og er ákveðin í að fara á keppnina áður en hún verður haldin á Íslandi. Ég er þess fullviss að það verður einhver tónleikur,“ segir hún. „Ég hef fylgst með Eurovision síðan ég var barn og ætlaði einu sinni að giftast

Johnny Logan,“ segir hún hlæjandi og þakkar fyrir að úr því hafi ekki orðið. Hafrún er 47 ára og segir að hún hafi alls ekki verið elst á Ed Sheeran. „Fólk á öllum aldri er hrifin af lögum hans. Það er einmitt skemmtilegt hvernig hann höfðar til breiðs aldurshóps. Við erum að fara nokkur saman og ætlum að helga tónleikum daginn, mæta snemma og upplifa. Ég ætla að njóta alla leið,“ segir hún.

## Æðislegt sumar

Hafrún sem starfar í tölvudeild Heklu og Björn, maður hennar, sem er matreiðslumaður, hafa verið í sumarfrí sem endar um þessa helgi. Þau hafa notið sumarsins og meðal annars siglt um Suður-Frakkland. „Það var mjög afslappað frí auk þess sem við sáum Frakkland frá nýju sjónarhorni, vínekrur, kastala og litla, fallega bæi. Þetta er búið að vera æðislegt sumar og hápunkturinn verður núna um helgina.“

## Evonia

Evonia eykur hárvöxt með því að veita hárrótinni næringu og styrk.



Fyrir

Eftir

Evonia er hlaðin bæti-efnum sem næra hárið og gera það gróskumeira. Myndirnar hér til hliðar sýna hversu góðum árangri er hægt að ná með Evonia.

www.birkiaska.is

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.

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Benedikt Bóas Hinriksson, benediktboas@frettabladid.is, s. 550 5763 | Ásta Eir Árnadóttir, astaeir@frettabladid.is, s. 550 5764 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Sólrún Freyja Sen, solrunfreyja@frettabladid.is, s. 550 5765 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

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

# Að léttast á heilbrigðan hátt

Fat Burner™ inniheldur sérvalin innihaldsefni sem styðja við heilbrigða og skilvirka fitu-brennslu. Jurtir, rætur og fræ ásamt kólíni sem getur stuðlað að eðlilegu niðurbroti á fitu.

Flestar jurtir, rætur og fræ hafa verið notaðar í lækninga-skyni í aldaradír og jafnvel árbúsundir. Vestræn samfélög hafa á síðastliðnum áratugum kannski ekki verið nógu dugleg að leita í þennan „lyfjabrunn náttúrunnar“ þar sem kröfur um faglega þekkingu og viðurkenndar rannsóknir hafa aukist mikið. Sem betur fer hefur bæði þekkingu og fræðslu fleytt fram og er nýting okkar nútímafólks á þessum efnum alltaf að aukast og notkun að verða almennari.

Innihaldsefnin í Fat Burner™ eru sérvalin með tilliti til meltingar og örvunar á líkamsstarfsemi, sérstaklega fyrir þá sem vilja léttast á náttúrulegan hátt. Eins og með öll önnur þyngdarstjórnunarefni, þá dugir ekki að taka þau inn og viðhalda fyrri venjum því að sjálf-sögðu er grundvallaratriði að laga mataræðið og stunda heilbrigðan lífsstíl. Það getur þó verið gott að fá örhlitla hjálp, til dæmis við að draga úr bólgum, losna við þjúg, örva líkamsstarfsemi og niðurbrot fitu.

## Örvandi og hreinsandi innihaldsefni

- Yerba mate: Trjátegund sem vex víða í Suður-Ameríku og hafa greinar og stíkar yfirleitt verið notuð í te í hinum ýmsu útgáfum. Þar er það drukkíð bæði heitt og kalt en þar sem það inniheldur koffín er það örvandi. Yerba mate er afar ríkt af öðrum innihaldsefnum en það inniheldur 196 efnasambönd og þar af eru 144 þeirra einnig að finna í grænu tei. Þar á meðal eru öflugir andoxarar, pólifénólur, vítamín og steinefni þannig að það getur haft góð áhrif á ónæmiskerfið, aukið einbeitingu og orku ásamt því að geta stutt við þyngdartap samhliða heilbrigðu mataræði.
- Nigella-fræ: Hafa verið notuð til heilsuþótar allt frá tímum faraóa í Egyptalandi. Þau eru oft notuð til matargerðar en þau innihalda yfir 100 efnasambönd sem geta nýst okkur til heilsuþótar og þar á meðal er til dæmis bætt lifrarstarfsemi og lækun á blóðsykri. Engu að síður þarf viðtækari rannsóknir til að staðfesta það.
- Grænt te: Ýmsar verkanir hafa verið tengdar grænu tei og má til að mynda nefna jákvæð áhrif



Innihaldsefnin í Fat Burner™ eru sérvalin með tilliti til meltingar og örvunar á líkamsstarfsemi, sérstaklega fyrir þá sem vilja léttast á náttúrulegan hátt.



Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfari.

á blóðfitu (lækkun þriglyseríða og kólesteróls), hressandi og örvandi ásamt því að hjálpa fólki í yfirþyngd að léttast. Betri rannsóknir er þó þörf til að staðfesta þetta.

Þegar við erum komin á þann stað að vera í nægilegu jafnvægi til að taka á mataræðinu af krafti, það er að segja, ef við ætlum að léttast, þá er Fat Burner™ eitt af því sem getur hjálpað til. Það inniheldur kólín sem getur stuðlað að eðlilegu niðurbroti á fitu og stutt við þyngdartap.

Hrönn Hjálmarsdóttir heilsumarkþjálfari

- Mjólkurpistill: Er fyrst og fremst þekktur fyrir að vera sérlega uppbyggjandi og nærandi fyrir lifrina og getur því stuðlað að bættri lifrarstarfsemi. Í gegnum tíðina hefur þetta einnig verið notað gegn gallblöðruvandamálum, til að stuðla að framleiðslu brjóstamjólkur og vernda lifrina gegn snákæitri, alkóhóli og ýmsum öðrum eiturefnum.
- Kólín: Kólín er nauðsynlegt næringarefni sem er oft flokkað með B-vítamínunum vegna eiginleika þess og áhrifa á líkamsstarfsemina. Það er lifrænt, vatnsleysanlegt efnasamband sem við framleiðum í litlum mæli og því þurfum við einnig að fá það úr fæðunni. Kólín er nauðsynlegt til að minnka kólesteról í lifrinni og því getur skortur á kólíni valdið fitu- og kólesteróluppsöfnun í lifur.

## Heilbrigður lífsstíll

Þegar líf okkar er ekki í jafnvægi, verður mataræðið oft verra og allt hefur þetta áhrif á heilsu okkar og líðan. Að sofa nóg, borða hreina fæðu, stunda hreyfingu, góður félagsskapur og tómstundaiðja er eitthvað sem er nauðsynlegt til að okkur líði sem allra best. Ýmislegt getur valdið því að við eigum erfitt með að ná jafnvægi og má þá til dæmis nefna streitu sem getur verið afleiðing fjárhagsáhyggja, of mikillar vinnu, vandamála í samskiptum o.fl. Gott er að horfa vel inn á við og finna út hvað það er sem við viljum breyta eða þarf að vinna í til að okkur líði betur. Þetta getur verið afar erfitt fyrir suma en alltaf er best að takast á við rót vandans til að ná sem bestum árangri. Þegar við erum komin á þann stað að vera í nægilegu jafnvægi til að taka á mataræðinu af krafti, það er að segja, ef við ætlum að léttast, þá er Fat Burner™ eitt af því sem getur hjálpað til.



## Astaxanthin

Eitt öflugasta andoxunarefni náttúrunnar

Astaxanthin er unnið úr örþörungum. Þetta öfluga andoxunarefni getur dregið úr bólgum og verndað gegn sterkum útfjólubláum geislum sólar en aðrir góðir kostir eru m.a. að það getur:

- Stuðlað að heilbrigðri hjartastarfsemi og bætir ónæmiskerfið
- Stutt heila-, húð-, lið-, vöðva- og augnheilbrigði
- Verndað frumur gegn oxunarskemmdum



Astaxanthin frá Algalíf er 100% náttúrulegt hágæða bætiefni, framleitt á sjálfbærnan hátt við kjöraðstæður sem tryggja að innhaldið skili sér til neytenda.

Útsöluastaðir: Öll apótek, heilsuverlanir og heilsuhillur stórmarkaðanna



# Dragdrottningin Starína les um fjölbreytileika fyrir börn

Hinsegin dagar í Reykjavík hófust á fimmtudaginn og standa yfir til 17. ágúst. Tuttugu ár eru liðin frá því hinsegin hátíðahöld hófust í Reykjavík og verður dagskráin í ár fjölbreytt sem aldrei fyrr og eitthvað er í boði fyrir alla aldurshópa. Dragdrottningin Starína ætlar að lesa fyrir börn í dag.

Sandra Guðrún  
Guðmundsdóttir  
sdragudrun@frettabladid.is



Dragdrottningin Starína, sem leikin er af Ólafi Helga Ólafssyni, verður með sögustund í Bókasafni Kópavogs í dag þar sem hún les bókina Fjölskyldan mín fyrir börn. „Ég hef alltaf verið frekar barnvæn dragdrottning. Mig hefur alltaf langað að gera meira fyrir krakka sem Starína og fékk þessa hugmynd að hafa samband við bókasöfnin og bjóða upp á lestur,“ segir Ólafur Helgi.

Bókasafn Kópavogs hafði svo samband til baka og úr varð þessi sögustund. „Ég hef heyrt að þetta sé vinsælt í Bandaríkjunum. Mér skilst að það sé hópur af dragdrottningum sem vinna við það að lesa fyrir börn á bókasöfnum, í dragi. Þau reyna að lesa hinseginvænar bækur, ef svo má að orði komast en mér skilst samt að þau lesi líka bara alls konar bækur.“

Ólafur Helgi segist halda að þetta verði í fyrsta sinn sem dragdrottning les fyrir börn á bókasöfnum á Íslandi en hann vonar þó að þetta verði ekki í síðasta skiptið. „Þetta er eitthvað sem ég er mjög spenntur fyrir,“ segir hann.

„Bókin Fjölskyldan mín er eftir Ástu Rún Valgerðardóttur og Lára Garðarsdóttir myndskreytti. Hún fjallar um mismunandi fjölskyldumynstur. Friðjón á tvær mömmur, hann er í leikskóla og þar kemur

í ljós að krakkarnir eiga mismunandi fjölskyldur. Sumir eiga tvær mömmur, sumir eiga mömmu og pabba, sumir eiga mömmu, pabba og stjúpfóreltra og sum börn eru ættleidd frá útlöndum en eiga mömmu og pabba frá Íslandi. Þannig að ég er að lesa fyrir börnin um fjölbreytileika. Þetta er auðlesin og þægileg bók sem ég hef heyrt að krakkar elski.“

Ólafur segir að þó þetta sé í fyrsta sinn sem Starína lesi fyrir börnin á bókasöfnum sé þetta ekki í fyrsta sinn sem hann komi fram fyrir börn. „Allir vagnarnir mínir á Pride frá því árið 2010 hafa verið hugsaðir fyrir börn. Ég var með Disney-þema á vagninum mínum árið 2010 og eftir það ákvað ég að framvegis yrðu vagnarnir mínir spennandi fyrir börn.“

Ólafur segist líka hafa gaman af að koma fram fyrir ungt fólk en hann kemur einnig fram á öðrum viðburði á Hinsegin dögum sem er skipulagður af jafningjafræðslunni í Hafnarfirði. Viðburðurinn kallast Ung og hinsegin „Þetta er hinsegin kvöld, haldið af ungu fólki fyrir ungt fólk og ég verð einn af listamönnum sem koma fram þar.“ Frítt verður inn en allur ágóði af viðburðinum rennur til hinsegin félagsmiðstöðvar Samtakanna '78.

“Allir vagnarnir mínir á Pride frá því árið 2010 hafa verið hugsaðir fyrir börn.“



Starína vill gera meira fyrir börnin.  
MYNDIR/LOVISA SIGURJÓNSDÓTTIR



Dragdrottningin Starína verður með sögustund fyrir börn í Kópavogi.

## Blindrafélagið, samtök blindra og sjónskertra á Íslandi

### 80 ára BOÐSKORT

Þann 19. ágúst næstkomandi verða liðin 80 ár frá stofnun Blindrafélagsins. Af því tilefni býður stjórn Blindrafélagsins til hátíðarsamkomu kl. 16:00 á Hilton Reykjavík Nordica.

Á dagskrá verða ávörp frá forseta Íslands, hr. Guðna Th. Jóhannessyni, og formanni Blindrafélagsins, Sigþóri U. Hallfredssyni. Félags- og barnamálaráðherra Ásmundur Einar Daðason skrifar undir samstarfssamning við Blindrafélagið um fjármögnun leiðsöguhundaverkefnis.

Samfélagslampi Blindrafélagsins verður afhentur. Nokkrir af framúrskarandi tónlistarmönnum meðal félagsmanna munu sjá um tónlistarflutning á samkomunni.

Allir félagsmenn, bakhjarlar, stuðningsmenn og velunnarar Blindrafélagsins eru boðnir velkomnir á samkomuna á meðan húsrúm leyfir.

Til að geta gert nauðsynlegar ráðstafanir varðandi veitingar óskum við eftir því að þeir sem hyggjast mæta skrái sig í síma 525 0000 eða í afgreidsla@blind.is.

Fyrir hönd stjórnar Blindrafélagsins, samtaka blindra og sjónskertra á Íslandi.

Sigþór U. Hallfredsson  
formaður



43 börn hafa skrifað skilaboð í flöskuskeytið sem rekur vonandi á land.

## Senda flöskuskeyti á Töfragöngu

Hin árlega Töfragöngu verður haldin á Ísafirði í dag. Gangan hefst klukkan 10.45 við Byggðasafnið í Neðsta Kaupstað og endar við Edinborgarhúsið. Eftir gönguna verður boðið upp á töfrasýningu, söng og leiki. Síðan verða börn fram réttir frá Pakistan, Írak, Þýskalandi, Nígeríu, Tailandi, Bandaríkjunum, Króatíu, Póllandi og Íslandi. Fólk er hvatt til að mæta í litríkum klæðnaði eða búningum.

Gangan er haldin af skipuleggjendum Tungumálatöfra, sem er námskeið ætlað 5-11 ára gömlum börnum. Tilgangur námskeiðsins er að efla íslenskukunnáttu barna af erlendum uppruna sem búa á Íslandi og íslenskra barna sem hafa alist upp annars staðar en hér á landi.

Á töfragöngunni munu 43 börn af 10 þjóðernum, sem hafa tekið þátt í Tungumálatöfranámskeiði, fleyta flöskuskeytum. „Það verður sent eitt, stórt flöskuskeyti

sem þessi 43 börn eru búin að búa til saman,“ segir Anna Hildur Hildibrandsdóttir, formaður framkvæmdastjórnar Tungumálatöfra. Þau senda skilaboð sem þau eru búin að teikna og skrifa á renning sem verður settur í flöskuskeytið. „Í skeytinu verða upplýsingar um Tungumálatöfra svo hver sá sem finnur skeytið getur haft samband. „Við vitum ekki hvert það rekur en erum spennt að vita hvort það komi einhvers staðar á land.“

Vaída Braziúnaité er verkefnastjóri göngunnar og námskeiðsins sem var haldið í sumar, hún segir það spennandi hvernig bæði námskeiðið og gangan sé að þróast. „Börnin læra íslensku í gegnum söng og myndlist og í ár bættist töframaður við í kennarahópinn,“ en það er töframaðurinn Einar Mikael Mánason. „Þema ársins er námskeiðinu og í göngunni á morgun er því töfrar og töfrabrogð.“

# Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands\*

Sölufultrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 550 5625, Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is 550 5626

\*Neyslukönnun Gallups 2018, allt land, 18-80 ára

Job.is

## Framkvæmdastjóri

Traust þjónustu- og framleiðslufyrirtæki leitar að öflugum og framsýnum aðila í starf framkvæmdastjóra. Fyrirtækið er staðsett á höfuðborgarsvæðinu og starfa þar u.þ.b. 40 manns. Áhugavert tækifæri í boði hjá fyrirtæki með mikla vaxtarmöguleika.

### Helstu viðfangsefni:

- Umsjón með daglegum rekstri
- Stjórnun og leiðtogahlutverk
- Markaðs- og sölumál
- Samskipti við stjórn og eftirfylgni með stefnumótun stjórnar

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Farsæl stjórnunar- og rekstrarreynsla
- Árangursrík reynsla af markaðs- og sölustarfi á fyrirtækjamarkaði
- Tengsl og reynsla í sjávarútvegi er kostur
- Hæfni í samningagerð, öguð vinnubrögð og frumkvæði í starfi

intellecta

Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

www.intellecta.is

Umsóknarfrestur er til og með 19. ágúst 2019. Nánari upplýsingar um starfið veita Þórður S. Óskarsson (thordur@intellecta.is) og Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) í síma 511 1225. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og henni þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.



## SNILLINGUR Í BÓKHALDI

80 - 100% starfshlutfall

Við óskum eftir liðsauka í að efla fjármálasvið fyrirtækisins auk þess sem viðkomandi mun taka að sér önnur tengd verkefni í rekstri fyrirtækisins. Viðkomandi þarf að hafa reynslu af störfum af þessum toga auk þess að hafa ríka þjónustulund gagnvart samstarfsfólki og viðskiptavinum.

### Hæfniskröfur eru:

- Góð reynsla af fjármálum, bókhaldi og rekstri almennt
- Menntun sem nýtist í starfinu
- Framúrskarandi tölvuþekking
- Góð enskukunnátta ásamt einu Norðurlandatungumáli er kostur.

Lindex er fjölskyldufyrirtæki stofnað 2011 og rekur 7 verslanir á Íslandi auk vefverslun [lindex.is](http://lindex.is). Til viðbótar er stefnt að opnun fyrstu verslunarinnar í Danmörku í haust.

Umsóknir með ferilskrá berist á [atvinna@ldx.is](mailto:atvinna@ldx.is)

merktar „Snillingur í bókhaldi“

Umsóknarfrestur er til og með 20. ágúst nk.

LINDEX



Samiðn - samband iðnfélaga, er landssamband stéttarféлага í iðngreinum. Aðildarfélag Samiðnar eru 12 talsins vítt og breytt um landið með um 7000 félagsmenn. Nánari upplýsingar er að finna á [www.samidn.is](http://www.samidn.is)

## Framkvæmdastjóri

Samiðn leitar að öflugum og reyndum leiðtoga til að sinna starfi framkvæmdastjóra. Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf sem reynir á samskiptafærni og frumkvæði. Framkvæmdastjóri heyrir undir stjórn Samiðnar og starfar náið með formanni.

Umsóknarfrestur

**21. ágúst 2019**

### Starfssvið:

- Ábyrgð á rekstri og starfsemi sambandsins gagnvart stjórn.
- Fylgir eftir ákvörðunum stjórnar.
- Sinnir samskiptum og samstarfi við aðildarfélög og samstarfsaðila innan lands sem utan.
- Situr í ýmsum nefndum og ráðum fyrir hönd Samiðnar.
- Samskipti við aðra aðila vinnumarkaðarins.

Upplýsingar og umsókn

**[capacent.com/s/14175](http://capacent.com/s/14175)**

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun, iðnmenntun eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi.
- Þekking á eða reynsla af vinnumarkaðsmálum.
- Þekking á starfsemi félagasamtaka er kostur.
- Lipurð og afburðahæfni í mannlegum samskiptum.
- Leiðtogahæfni og geta til að vinna í hópi.
- Frumkvæði og metnaður.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent\_

## Launa- og mannauðsfulltrúi

Rio Tinto á Íslandi auglýsir eftir öflugum einstaklingi til að sinna fjölbreyttum störfum á sviði launa- og mannauðsmála. Leitað er að einstaklingi sem hefur áhuga á að öðlast viðtæka reynslu á ýmsum sviðum mannauðsstjórnunar hjá stóru alþjóðlegu fyrirtæki.

Umsóknarfrestur

**18. ágúst**

### Starfs- og ábyrgðarsvið:

- Undirbúningur fyrir launakeyrslu, launavinnsla og eftirvinnsla launakeyrslu.
- Upplýsingagjöf og þjónusta við starfsmenn og stjórnendur varðandi launa- og réttindamál.
- Ráðningar og móttaka nýliða.
- Launagreiningar, tölfræði og skýrslugerð.
- Önnur verkefni á mannauðssviði.

Upplýsingar og umsókn

**[capacent.com/s/14240](http://capacent.com/s/14240)**

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi t.d. í viðskiptafræði og/eða mannauðsstjórnun.
- Þekking á kjarasamningum og vinnurétti.
- Þekking á launavinnslu.
- Lipurð í mannlegum samskiptum.
- Nákvæmni, samvirkusemi og skipulagshæfni.
- Lausnamiðuð hugsun.
- Sjálfstæði og frumkvæði.
- Góð tölvukunnátta.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent\_

# Við gætum verið með næsta starfsmann mánaðarins á skrá

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

Capacent\_

[capacent.is](http://capacent.is)

# Hagfræðingur

BSRB óskar eftir að ráða hagfræðing til starfa. Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf sem reynir á frumkvæði og úthald í áhugaverðum verkefnum.

Hagfræðingur bandalagsins annast greiningar, safnar saman og tryggir gott aðgengi að upplýsingum um vinnumarkaðinn og byggir þannig undir ábyrga stefnumótun í ákvarðanatöku BSRB. Hagfræðingur heyrir undir framkvæmdastjóra BSRB en á skrifstofunni vinna 10 starfsmenn.

Umsóknarfrestur

**20. ágúst**

## Starfssvið:

- Ábyrgð á rannsóknum og greiningum um vinnumarkaðinn
- Samskipti við aðila vinnumarkaðarins í samráði við formann og framkvæmdastjóra
- Kemur að gerð kjarasamninga aðildarféлага og bandalagsins
- Fræðsla, ráðgjöf og almenn upplýsingamiðlun um hagfræðileg efni
- Situr í ýmsum nefndum og ráðum samkvæmt ákvörðun stjórnar BSRB

Upplýsingar og umsókn

**capacent.com/s/14174**

## Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í hagfræði
- Marktæk reynsla af hagfræðistörfum
- Þekking á eða reynsla af vinnumarkaðsmálum
- Greiningarhæfni og gott vald á úrvinnslu og framsetningu upplýsinga
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti
- Þekking á starfsemi félagasamtaka
- Hæfileikar til að starfa í hópi
- Frumkvæði og metnaður



BSRB var stofnað 14. febrúar 1942 og eru stærstu samtök opinberra starfsmanna á Íslandi. Aðildarfélag BSRB eru 23 talsins og félagsmenn rúmlega 22.000. Um tveir þriðju hlutar félagsmanna eru konur.

Hlutverk BSRB er m.a. að þjónusta aðildarfélag bandalagsins og gæta hagsmuna þeirra og félagsmanna.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent\_

## Spennandi störf hjá Norðlenska

# NORÐLENSKA

### MARKAÐSSTJÓRI

Norðlenska óskar eftir að ráða árangursdrifinn og metnaðarfullan einstakling í starf markaðsstjóra fyrirtækisins. Markaðsstjóri heyrir undir framkvæmdastjóra, á sæti í framkvæmdastjórn og er yfirmaður sölumála fyrirtækisins. Aðsetur viðkomandi getur verið í Reykjavík eða á Akureyri.

Upplýsingar og umsókn

**capacent.com/s/14201**

### Helstu verkefni:

- Yfirumsjón með markaðs- og sölumálum fyrirtækisins.
- Mótun, framkvæmd og eftirfylgni markaðs- og sölustefnu.
- Gerð markaðs- og söluáætlana.
- Ábyrgð á markaðs- og auglýsingaefni félagsins.
- Ábyrgð á vörudreifingu til viðskiptavina.
- Þátttaka í stefnumótun og gæðastarfi.
- Þátttaka í vörupróun.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Reynsla af stýringu sölu- og markaðsmála.
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi æskileg.
- Reynsla af stjórnun og rekstri kostur.
- Þekking og færni í samningagerð.
- Haldgód tölvukunnátta.
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti.
- Leiðtogaþæfileikar og framúrskarandi hæfni í samskiptum.
- Þjónustulund og metnaður í starfi.

### FRAMLEIÐSLUSTJÓRI

Norðlenska óskar eftir að ráða árangursdrifinn og metnaðarfullan einstakling í starf framleiðslustjóra fyrirtækisins á Akureyri. Framleiðslustjóri heyrir undir framkvæmdastjóra og á sæti í framkvæmdastjórn.

Upplýsingar og umsókn

**capacent.com/s/14212**

### Ábyrgðar- og starfssvið:

- Skipulag á slátrun og framleiðslu á Akureyri.
- Starfsmannahald og þjálfun starfsmanna á Akureyri.
- Þátttaka í gerð og eftirfylgni framleiðsluáætlana, kostnaðaráætlana og nýtingaráætlana.
- Skipulagning innkaupa ásamt ábyrgð á hráefnis- og afuðalager á Akureyri.
- Þátttaka í stefnumótun og gæðastarfi.
- Þátttaka í vörupróun.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi og/eða sveinspróf í kjötið.
- Reynsla af framleiðslustýringu, verkefnastjórnun og mannaforráðum.
- Leiðtogaþæfni.
- Góð tölvufærni og reynsla af notkun upplýsingatæknikerfa.
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti.

Norðlenska matborðið ehf. er eitt stærsta og öflugasta framleiðslufyrirtæki landsins á sviði kjötvöru og meðal vörumerkja eru Norðlenska, GODI, KEA, og Húsavíkurhangikjöt.

Höfuðstöðvar fyrirtækisins eru á Akureyri, en fyrirtækið er einnig með starfsstöðvar á Húsavík og á höfuðborgarsvæðinu. Hjá fyrirtækinu eru um 165 stöðugildi að meðaltali.

Umsóknarfrestur

**20. ágúst**

Nánari upplýsingar um störfina má finna á heimasíðu Capacent.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent\_



**HÖFÐI** hjúkrunar- og dvalarheimili



Á Höfða eru 74 íbúar, 61 í hjúkrunarrýmum, 4 í biðhjúkrunarrýmum og 9 í dvalarrýmum. Nánari upplýsingar um heimilið eru á [www.dvalarheimili.is](http://www.dvalarheimili.is).

## HJÚKRUNARFORSTJÓRI

Hjúkrunar- og dvalarheimilið Höfði á Akranesi auglýsir stöðu hjúkrunarforstjóra lausa til umsóknar.

Leitað er að einstaklingi með áhuga á öldrunarmálum og vilja til að takast á við krefjandi verkefni.

Hjúkrunarforstjóri hefur faglega forystu og ábyrgð á sviði hjúkrunar og umönnunar á heimilinu.

Að auki stjórnar hjúkrunarforstjóri faglegri þróun, rekstri og starfsmannahaldi heimilisins á sviði hjúkrunar og umönnunar.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og Sambands íslenskra sveitarfélaga.

### Menntunar- og hæfnikröfur

- Gerð er krafa um íslenskt hjúkrunarleyfi
- Menntun eða starfsreynsla á sviði öldrunarhjúkrunar eða stjórnunar er skilyrði
- Reynsla og þekking á rekstri á sviði öldrunarmála er æskileg
- Framúrskarandi færni í mannlegum samskiptum er áskilin sem og hæfni til að vinna sjálfstætt og skipulega



### Upplýsingar veita:

**Kjartan Kjartansson** framkvæmdastjóri, sími 856 4302 - [kjartan@dvalarheimili.is](mailto:kjartan@dvalarheimili.is)

**Geirlaug Jóhannsdóttir**, ráðgjafi hjá Hagvangi [geirlaug@hagvangur.is](mailto:geirlaug@hagvangur.is)

**Umsóknarfrestur er til og með 27. ágúst.**

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

Umsóknum þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

 HAGVANGUR [hagvangur.is](http://hagvangur.is)



Félagspjónusta Stranda og Reykhólahrepps var stofnuð 1. febrúar 2011. Fjögur sveitarfélög sameinast um félagspjónustuna en það eru Árneshreppur, Kaldrananeshreppur, Strandabyggð og Reykhólahreppur. Félagsmálastjóri hefur aðsetur á Hólmavík en hefur auk þess haft fasta viðveru á Reykhólum einn dag í viku. Sex málaflokkar heyrja undir félagsmálastjóra en þeir eru:

Barnavernd • Félagsleg heimaþjónusta • Félagsleg ráðgjöf  
Fjárhagsaðstoð • Málefni aldraðra • Málefni fatlaðra

## FÉLAGSMÁLASTJÓRI

Félagspjónusta Stranda- og Reykhóla auglýsa lausa til umsóknar stöðu félagsmálastjóra frá 1. september 2019.

### Starfið

Félagsmálastjóri hefur umsjón með framkvæmd stefnumörkunar í þeim málum sem heyrja undir hans málaflokk og eftirlit með framkvæmd samninga, laga og reglugerða um félagspjónustu. Hann situr í verkefnahópi Byggðasamlags Vestfjarða um málefni fatlaðs fólks, hefur yfirumsjón með barnaverndarmálum samkvæmt barnaverndarlögum nr. 80/2002 og sér um eftirfylgd og ráðgjöf samkvæmt lögum um félagspjónustu sveitarfélaga nr. 40/1991.

Félagsmálastjóri vinnur náið með sameiginlegri velferðarnefnd sveitarfélaganna fjögurra, hefur yfirumsjón með fundum nefndarinnar auk þess að sitja í þverfaglegum teyrum og ráðum.

Félagsmálastjóri ber ábyrgð á rekstri Félagspjónustu Stranda og Reykhólahrepps, gerð fjárhagsáætlana auk annarra tilfallandi verkefna sem heyrja undir hans fagsviði. Starfið kallar því á talsverða teymisvinnu og samskipti við fagfólk og aðra á svæðinu auk sjálfstæðra vinnubragða.

### Helstu hæfniskröfur

- Meistarapróf í félagsráðgjöf
- Stjórnunarreynsla æskileg
- Reynsla af starfi við félagspjónustu, málefni fatlaðra eða sambærileg störf mikilvæg
- Færni í mannlegum samskiptum auk forystu- og skipulagshæfileika
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti

Leitað er eftir einstaklingi sem hefur vilja og getu til að leiða áframhaldandi uppbyggingu og þróun á félagspjónustu á svæðinu. Starfið krefst ferðalaga um svæðið og þarf félagsmálastjóri að hafa bílpróf og bíl til umráða.



### Upplýsingar veitir:

**Geirlaug Jóhannsdóttir**, [geirlaug@hagvangur.is](mailto:geirlaug@hagvangur.is)

**Umsóknarfrestur er til og með 26. ágúst**

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

Umsóknum þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

 HAGVANGUR [hagvangur.is](http://hagvangur.is)



# SIDEKICKHEALTH

## IS LOOKING FOR EXCEPTIONAL TALENT

We develop and market digital therapeutics that revolutionize the prevention and management of diseases such as heart diseases, inflammatory diseases, and type 2 diabetes.

Our clients – including some of the world’s leading pharmaceutical and insurance companies – use our digital treatments in combination with traditional medical treatment to improve people’s health and wellbeing at scale.

Our digital treatment platform uniquely combines game design, behavioral science, artificial intelligence and world-class health content, to tackle some of the world’s most pressing health challenges.

Based in Reykjavik, our rapidly growing team includes medical doctors, behavioral experts, designers, developers, and sales and marketing professionals and we offer our team members a fast-paced, creative and collaborative environment. We are looking for ambitious, innovative and driven people to join our team and help us shape the future of health.

### Business Development

You will play a lead role in driving the growth of a true scale-up company and anchoring SidekickHealth with leading global pharmaceutical and insurance companies, shaping new corporate relationships and accelerating revenue. You have meaningful business development experience, ideally within B2B and healthcare and you know how to communicate with our senior level customers and prospects. You have strong interpersonal skills and an outstanding analytical- and problem-solving acumen.

### Marketing

You will lead SidekickHealth’s marketing efforts, including lead generation through content creation, blogging and the overall management of our digital channels. You are an expert on social media analytics, understand the nuances, advantages and shortcomings of different social media platforms and know how to utilize data in formulating a campaign strategy. You will work closely with our digital therapy content creators to develop world-class treatment-specific content and you know how to leverage and work with global PR agencies to cost-effectively amplify our messaging. You have proven work experience in B2B marketing, ideally within healthcare.

### Project Management

You will work closely with our global customers and internal teams to adapt and implement SidekickHealth’s digital treatment platform for specific treatment areas and geographies. You will manage implementation projects end-to-end, often in a complex stakeholder environment and you will need to quickly grasp how Sidekick’s therapeutic content creation, app functionality and coaching combines to provide world-class treatment programs. You have a demonstrated ability to drive complex, multi-stakeholder projects in an international context.

### User Experience/User Interface (UX/UI)

You will ensure that all elements of our digital user experience and user interface are optimized for engagement, usability, usefulness, and exceptional visual design. Ultimately, you will create both functional and appealing features that address our users’ needs and help us grow our user base. To be successful in this role, you should have a bachelor’s degree and a minimum of 2 years’ UX/UI design experience for digital products or services.

### Office Management

You will oversee our office- and administrative operations, including payroll, customer invoicing, bill payment and maintaining document organization. You will liaise with and manage our accounting partners to ensure accurate and timely completion of financial statements and otherwise support your colleagues on a variety of tasks. In addition to outstanding organizational and time management skills, you have an accounting background and work experience as an Office Manager (or similar role).

### Artificial Intelligence

You will build and deploy AI-driven solutions from the ground up and engineer innovative solutions to complex problems across all areas of the business. You have experience using a variety of deep learning and data analysis methods and tools to build and implement models, create algorithms and run simulations. Preferably you have a Master’s or PhD in Statistics, Mathematics, Computer Science or another quantitative field.

### Data Science

You have a passion for developing actionable insights from vast amounts of data - insights that will help us make smarter decisions and improve our products and services. You have an excellent command of various data mining tools and techniques, statistical analysis and building high quality prediction systems and a proven ability to translate your work into business impact. Preferably you have a Master’s or PHD in Statistics, Mathematics, Computer Science or another quantitative field.

### Digital Therapy Content Creation

You will work with the full spectrum of content development: designing digital patient engagement programs; researching clinical guidelines, academic studies and best practices; interfacing with and integrating input from leading clinical experts; synthesizing complex information into content that is fun and easy to understand; collaborating with our designers to shape the production process; and working with clients to ensure expectations are met or exceeded. You are an experienced content researcher and a creative writer and ideally well versed in graphic design and working with Apple iWork and Google G Suite products.

### Motion Design

You have the vision and ability to take our motion design to the next level. You are an expert in dynamic and interactive video and motion design across platforms (iOS, Android and web) and you understand the interplay between great motion design and UX/UI. You will apply your creative vision work on a wide variety of projects such as animation, motion graphics and 3D. You’re a self-starter, ready to work on your own initiative – and a fantastic team player.

### Compliance and Quality Assurance

You ensure our adherence to regulatory/industry standards and in-house policies and procedures. The goal is to deliver quality service to our customers and to preserve the company’s integrity by making sure it complies with the relevant standards. You have demonstrated success as a compliance manager and have knowledge of the industry’s standards and regulations. BSc/BA in Law, Finance, Business Administration, Engineering, Computer Science or another quantitative field is necessary.



Application deadline:  
**22.08.19**

Please fill out application on:  
[www.hagvangur.is](http://www.hagvangur.is)



**SIDEKICK**  
HEALTH

[www.sidekickhealth.com](http://www.sidekickhealth.com)

For more information contact:  
Sverrir Briem [sverrir@hagvangur.is](mailto:sverrir@hagvangur.is)  
Jóhann Pétur [johann@hagvangur.is](mailto:johann@hagvangur.is)

Strætó auglýsir eftir:

# SÉRFRÆÐINGI Á MANNAUÐS- OG GÆÐASVIÐI



**Strætó leitar að öflugum einstaklingi með brennandi áhuga á mannaúts- og fræðslumálum.**

**Sérfræðingur á mannaúts- og gæðasviði vinnur náð með mannaútssteymi og gæðastjóra Strætó að því að efla fræðslu, endurmenntun og forvarnir.**

#### Starfssvið

- Yfirumsjón með allri fræðslu, námskeiðum og endurmenntun starfsmanna og stjórnenda
- Stefnumótun fræðslumála
- Nýliðabjálfun og móttaka nýliða
- Ráðgjöf og stuðningur til starfsmanna og stjórnenda vegna fræðslumála
- Umsjón með Eloomi fræðslukerfi og fræðsluhluta mannaútskerfis, H3
- Önnur verkefni á mannaúts- og gæðasviði

#### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf og framhaldsmenntun á sviði mannaúts- eða fræðslumála
- Viðtæk reynsla af mannaúts- eða fræðslumálum
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar
- Nákvæm og skipulögð vinnubrögð
- Metnaður og jákvæðni
- Hreint sakavottorð

Vinsamlegast sækjið um á [www.radningar.straeto.is](http://www.radningar.straeto.is). Umsóknarfrestur er til og með **24. ágúst 2019**.

Umsókn um starfið þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfi. Við hvetjum karla jafnt sem konur til sækja um.



## Forstöðumaður á nýju heimili í Garðabæ Fjölbreytt, krefjandi og skemmtilegt starf

Óskað er eftir forstöðumanni til starfa á heimili fólks með fötlun í nýjum íbúðakjarna að Unnargrund 2 í Garðabæ. Um er að ræða 100% starf. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf hið fyrsta. **Umsóknarfrestur er til 19. ágúst 2019.**

#### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Skipulag á faglegu innra starfi og þjónustu
- Samstarf við íbúa, aðstandendur og aðra samstarfsaðila
- Fjárhagsleg ábyrgð á rekstri heimilisins og umsjón með fjármálum íbúa
- Stjórnun starfsmanna og ráðningar

#### Hæfniskröfur:

- B.A. próf í þroskabjálfafræðum eða önnur háskóla-menntun sem nýtist í starfi
- Að minnsta kosti 5 ára starfsreynsla í sambærilegu starfi
- Reynsla af starfsmannahaldi og stjórnun er æskileg
- Góð samskipta- og samstarfsfærni
- Sveigjanleiki og jákvæðni
- Góð tölvukunnátta, s.s. word og excel
- Rík áhersla er lögð á hugmyndafræði og fagleg vinnubrögð

Umsækjandi þarf að geta tekið virkan þátt í innra starfi félagsins og haft stefnu þess og góða starfshætti að leiðarljósi. Starfið veitir tækifæri til að taka þátt í fjölbreyttum og spennandi verkefnum í samvinnu við góðan starfsmannahóp.

Nánari upplýsingar veitir Erna Einarsdóttir í síma 414 0500 á virkum dögum. Atvinnusókn sendist á [erna@styrktarfelag.is](mailto:erna@styrktarfelag.is). Upplýsingar um félagið má finna á heimasíðu þess [www.styrktarfelag.is](http://www.styrktarfelag.is).

Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningum Áss styrktarfélags.



## Við leitum að framsæknum sérfræðingi á upplýsingasviði

Sérfræðingurinn mun leiða þróun SharePoint í samvinnu við svið fyrirtækisins og ytri aðila. Auk þess mun viðkomandi veita almenna ráðgjöf og þjónustu innanhúss. Framundan eru skemmtileg og krefjandi verkefni í SharePoint sem fela í sér endurbætur og virðisaukandi tækifæri til framtíðar.

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, t.d. tölvunarfræði eða tengdar greinar
- Mjög góð þekking á SharePoint og samþættingu upplýsingakerfa
- Reynsla af verkefnastjórnun kostur
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Skipulagshæfni, frumkvæði og mikil þjónustulund
- Góðir samskiptahæfileikar og metnaður til að vera hluti af sterkri liðsheid

Sótt er um starfið hjá Hagvangi. Umsóknarfrestur er til 20. ágúst 2019.



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

[www.landsvirkjun.is](http://www.landsvirkjun.is)





MOSFELLSBÆR

## Laus störf hjá Mosfellsbæ

### Viltu vera memm?

#### Leikskólar

Þroskaþjálfari, Hlíð  
Leikskólasérkennari, Hlíð  
Leikskólakennari, Hlíð  
Leikskólakennari, Hulduberg

#### Leik- og grunnskólar

Deildarstjóri, Helgarfellsskóli  
Leikskólakennari, Helgarfellsskóli  
Skólaliði, Lágafellsskóli  
Frístundarleiðbeinandi, Lágafellsskóli

#### Grunnskólar

Frístundarleiðbeinandi, Varmárskóli  
Stuðningsfulltrúi, Varmárskóli  
Hress skólaliði, Varmárskóli  
Leiklistarkennari, Varmárskóli

#### Íþróttamiðstöðvar

Sundlaugarvörður, Lágafellslaug



Sjá öll störf á  
[www.mos.is/storf](http://www.mos.is/storf)

Þverholt 2 | Sími 525 6700 | [mos.is](http://mos.is)

## Við leitum að leiðtoga í hugbúnaðarþróun



#### Leiðtogi í hugbúnaðarþróun

Við leitum að metnaðarfullum stjórnanda í starf forstöðumanns hugbúnaðarþróunar á upplýsingatæknisviði. Upplýsingatæknisvið er breytingarafl í stafrænni vegferð bankans inn í framtíðina. Við erum snörp og lausnamiðuð, höfum framúrskarandi tækniþekkingu og leitum stöðugt leiða til að gera betur í dag en í gær. Þannig höfum við markað okkur sérstöðu í stafrænni fjármálaþjónustu á Íslandi og telja Íslendingar Arion appið nú besta bankaappið\*.

Stefna bankans er að bjóða þægilegri bankaþjónustu. Við erum því sífellt að auka aðgengi viðskiptavina að vörum og þjónustu okkar þar sem og þegar þeim hentar og nýtum til þess stafrænar lausnir. Við munum halda áfram að þróa starfsemina og nýta þau tækifæri sem opið bankaumhverfi býður upp á með snjöllum og skapandi hætti. Hugbúnaðarþróun þróa og samþættir lausnir með stafræna stefnu bankans að leiðarljósi ásamt því að þróa sterkar grunnstoðir sem framtíðarlausnir bankans byggja á. Verkefni eru unnin í þéttru samstarfi við aðrar deildir sviðsins, viðskiptaeyingar bankans og aðra hagsmunaaðila.

#### Starf forstöðumanns hugbúnaðarþróunar

- Byggir upp marksækið og tæknilega öflugt þróunarteymi
- Er leiðandi í kerfishögun bankans til framtíðar
- Tekur þátt í mótun og útfærslu stafrænnar stefnu bankans
- Fer fyrir leiðtogum teyma sem þróa, viðhalda og samþætta tæknilausnir bankans
- Vinnur þétt með leiðtogum viðskiptaeyinga bankans við þróun lausna
- Þróa aðferðafræði og verklag við hugbúnaðarþróun með því markmiði að hámarka afköst, gæði og viðskiptalegan ávinning verkefna

#### Hæfniskröfur

- Leiðtogahæfni, drifkraftur og reynsla af stefnumótun og breytingastjórnun
- Víðtæk reynsla af stjórnun hugbúnaðarþróunar
- Yfirburðarþekking og brennandi áhugi á upplýsingatækni og hugbúnaðarþróun
- Samskiptaferni og samvinna
- Háskólanám á meistarastigi í tölvunar-, verkfræði eða tengdri grein

Nánari upplýsingar veita **Helga Halldórsdóttir**, forstöðumaður mannauðs Arion banka, netfang [helga.halldorsdottir@arionbanki.is](mailto:helga.halldorsdottir@arionbanki.is) og **Sverrir Briem** hjá Hagvangi, netfang [sverrir@hagvangur.is](mailto:sverrir@hagvangur.is)

Umsóknir óskast fylltar út á [hagvangur.is](http://hagvangur.is). Umsóknarfrestur er til og með 20. ágúst 2019. Fullum trúnaði er heitið og öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.



Arion banki er skráður á aðallista Nasdaq Iceland og Nasdaq Stockholm. Jafn réttur kvenna og karla til starfa er okkur hjartans mál. Arion banki er jafnlaunavottaður en það felur í sér formlega staðfestingu á því að fagleg vinnubrögð séu til staðar við ákvörðun launa og að starfsfólki í jafnverðmætum störfum sé ekki mismunað.

[arionbanki.is/storf](http://arionbanki.is/storf)

Arion banki atvinna

\*skv. könnun MMR



Ritarar, gjaldkerar,  
þjónustufulltrúar

[hagvangur.is](http://hagvangur.is)

 HAGVANGUR





## Heilbrigðisstofnun Norðurlands Akureyri, Yfirhjúkrunarfræðingur svæðis

Heilbrigðisstofnun Norðurlands Akureyri auglýsir laust starf yfirhjúkrunarfræðings svæðis á Heilsugæslunni á Akureyri. Um er að ræða 100% stöðu (dagvinna). Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst eða eftir samkomulagi. Næsti yfirmaður er framkvæmdastjóri hjúkrunar.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Er yfirmaður hjúkrunar á starfsstöð HSN á Akureyri og annarrar stoðstarfsemi samkvæmt skipuriti
- Skipuleggur og stjórnar hjúkrunarþjónustu heilsugæslustöðvarinnar og tekur þátt í klínísku starfi
- Stuðlar að þekkingarþróun í hjúkrun með því að hvetja til rannsókna og nýta rannsóknarniðurstöður
- Tekur þátt í gerð áætlana varðandi rekstur
- Tryggir að rekstur og starfsmannamál séu í samræmi við fjárhagsáætlun
- Tekur þátt í þverfaglegu samstarfi, þróun þjónustu og stjórnun verkefna á starfsstöðinni og þvert á stofnun
- Hefur umsjón með starfsemi heilsugæslustöðvarinnar samkvæmt skipuriti ásamt yfirlækni
- Stuðlar að góðri vinnustaðamenningu

### Hæfnikröfur

- Íslenskt hjúkrunarleyfi og a.m.k. 5 ára starfsreynsla við hjúkrun
- Viðbótarmenntun á sviði heilbrigðisvísinda, viðskiptafræði eða stjórnunar æskileg
- Reynsla af heilsugæsluhjúkrun er æskileg
- Reynsla af stjórnun er æskileg
- Góð tölvukunnátta
- Framúrskarandi samskiptahæfni
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri

### Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga hafa gert. Með umsókn skal fylgja afrit af prófskírteini og íslenskt hjúkrunarleyfi. Sótt er um starfið á heimasíðu stofnunarinnar [www.hsn.is](http://www.hsn.is) (laus störf) eða á [www.starfatorg.is](http://www.starfatorg.is). Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Umsókn fylgi starfsferliskrá og upplýsingar um nám og fyrri störf. Umsækjendur eru auk þess beðnir um að skila kynningarbréfi með rökstuðningi fyrir hæfi og sýn á starfið.

Tóbaksnotkun og notkun á rafsigarettum er ekki heimiluð á vinnutíma innan HSN.

Gildi HSN eru: Fagmennska - Samvinna - Virðing • Umsóknarfrestur er til og með 02.09.2019

### Nánari upplýsingar veita

Guðný Friðriksdóttir - [guðnyf@hsn.is](mailto:guðnyf@hsn.is) - 860 7750 • Bryndís Lilja Hallsdóttir - [bryndis.lilja.hallsdottir@hsn.is](mailto:bryndis.lilja.hallsdottir@hsn.is) - 432 4050

## LAUS STÖRF HJÁ HAFNARFJARÐARBÆ

### Fræðslu- og frístundapjónusta

- Kennslufulltrúi í upplýsingatækni

### Grunnskólar

- Frístundaleiðbeinandi - Hvaleyrarskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Áslandsskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Víðistaðaskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Öldutúnsskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Lækjarskóli
- Sérkennari á yngri stigum - Öldutúnsskóli
- Stuðningsfulltrúi nemenda með fjölþættan vanda - Menntasetrið við Lækinn
- Umsjónarkennari - Menntasetrið við Lækinn
- Þroskajálfi - Setbergsskóli
- Heimilisfræðikennsla - Setbergsskóli
- Skólaliði í íþróttahúsi - Setbergsskóli

### Leikskólar

- Leikskólakennari - Vesturkot
- Leikskólakennari - Hvammur

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

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



## VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?

### UMSJÓNARMAÐUR SKJALA OG VAKTSKRÁR

Isavia leitar að umsjónarmanni fyrir skjöl og vaktsskrár flugstjórnarmiðstöðvar. Helstu verkefni eru umsjón með útgáfu vaktsskráa og skráningar, endurnýjun og framlenging áritana og skírteina flugumferðarstjóra fyrir hönd deildarstjóra. Umsjónarmaður annast skráningar í gagnagrunna og útgáfu og dreifingu upplýsingabréfa, sérreglna og rekstrarhandbókarskjala.

Nánari upplýsingar veitir Þórdís Sigurðardóttir yfirflugumferðarstjóri, [thordis.sigurdardottir@isavia.is](mailto:thordis.sigurdardottir@isavia.is).

### Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi er æskileg
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðhorf
- Geta til að vinna undir álagi og góð skipulagshæfni
- Góð kunnátta í Excel ásamt almennri tölvuþekkingu
- Gott vald á íslensku og ensku



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

Hjá Isavia starfar öflugur hópur fólks sem allt hefur það að markmiði að vera hluti af góðu ferðalagi þeirra sem fara um flugvelli félagsins og íslenska flugstjórnarsvæðið. Isavia ber Jafnlaunamerkið með stolti enda er það staðföst trú okkar að launaákvæðanir skuli ávallt byggja á faglegum og málefnalegum rökum.

STARFSSTÖÐ:  
REYKJAVÍK

UMSÓKNARFRESTUR:  
25. ÁGÚST

UMSÓKNIR:  
[ISAVIA.IS/ATVINNA](http://ISAVIA.IS/ATVINNA)



ISAVIA

# Deildarstjóri hlaðeildar

## Manager of Ramp Services



Icelandair leitar að öflugum einstaklingi í spennandi og krefjandi starf deildarstjóra hlaðeildar. Starfsstöðin er á Keflavíkflugvelli á fjölbjóðlegum vinnustað með á milli 270 og 400 starfsmenn, árstíðabundið.

Við leitum að jákvæðum, skipulögðum og lausnamiðuðum starfsmanni með reynslu í stjórnun.

### Helstu verkefni:

- | Ábyrgð á daglegum rekstri hlaðeildar
- | Áætlunargerð í samstarfi við forstöðumann sviðsins
- | Mat á mannaflapörf og niðurröðun verkefna
- | Þátttaka í alþjóðlegum ráðstefnum og sýningum
- | Stýra umbótaverkefnum í góðu samstarfi við starfsmenn hlaðeildar
- | Samskipti við aðrar deildir innan Icelandair og önnur fyrirtæki innan Icelandair Group
- | Straumlinulögun og samræming verkferla deildarinnar
- | Samskipti við viðskiptavini og erlenda birgja

### Hæfniskröfur:

- | Háskólamenntun eða menntun sem nýtist í starfi
- | Að lágmarki tveggja ára reynsla af starfi innan fluggeirans er skilyrði
- | Jákvætt hugarfar, framúrskarandi samskiptahæfni og brennandi áhugi á að skapa gott starfsumhverfi
- | Góðir leiðtogaþæfileikar og reynsla af því að leiða hópa er skilyrði
- | Góð íslenskukunnátta er kostur en ekki krafa
- | Góð enskukunnátta í ræðu og riti
- | Góð tölvukunnátta, þekking á Outlook, Word, Excel og Powerpoint er skilyrði
- | Sérstök áhersla er lögð á að umsækjendur hafi ríka öryggisvitund og áhuga á að vinna að umbótum á sviði öryggismála
- | Mikið frumkvæði og frjó hugsun
- | Öguð, skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð
- | Útsjónarsemi og heiðarleiki

### Nánari upplýsingar veita:

Guðmundur Ólafsson | forstöðumaður | [gudmunduro@icelandair.is](mailto:gudmunduro@icelandair.is)  
Svala Guðjónsdóttir | mannauðsstjóri | [svala@icelandair.is](mailto:svala@icelandair.is)

Icelandair is looking for a robust individual for an exciting and demanding position as Manager of Ramp Services. The position is based at Keflavik Airport in a multicultural workplace that employs between 270 and 400 employees, depending on seasonal requirements.

We are looking for a positive, organized and solution-focused employee with management experience.

### Responsibilities include but are not limited to:

- | Overseeing the day-to-day operations at Ramp Services
- | Planning to meet operational needs, in collaboration with management
- | Assessment of staffing requirements to ensure optimum staffing levels and assignment of tasks
- | Participating in international conferences and exhibitions
- | Managing improvement projects in close collaboration with Ramp Services employees
- | Communication with other departments within Icelandair and other companies within the Icelandair Group
- | Streamlining and coordinating department procedures
- | Relations with customers and foreign suppliers

### Hiring standards:

- | A university degree and/or other education that is relevant to the job
- | A minimum of two years working in the aviation field
- | A positive mindset, excellent communication skills and a keen interest in creating a good working environment
- | Good leadership skills and leadership experience are required
- | Good Icelandic skills are an asset but not a requirement
- | Excellent English skills are required
- | Good computer skills, including knowledge of Outlook, Word, Excel and Powerpoint are required
- | Special emphasis is placed on applicants having a strong focus on safety practices and continuous improvement in regard to security issues
- | Proven ability to work independently and as part of a team
- | Disciplined and excellent organizational skills
- | Resourcefulness and honesty

### For further information, please contact:

Guðmundur Ólafsson | KEF Ground Ops. Director | [gudmunduro@icelandair.is](mailto:gudmunduro@icelandair.is)  
Svala Guðjónsdóttir | HR Manager | [svala@icelandair.is](mailto:svala@icelandair.is)

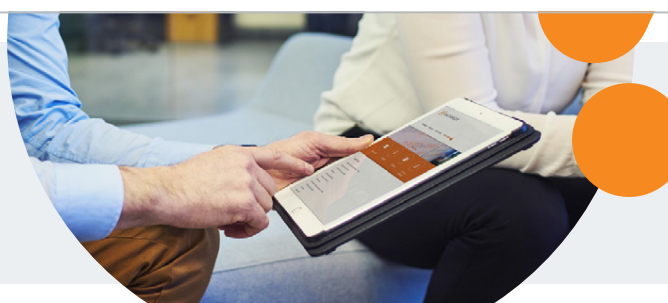
Vinsamlegast sækid um fyrir 16. ágúst 2019 með því að senda inn ferilskrá og kynningarbréf á ensku í gegnum [career.icelandair.is](http://career.icelandair.is).

Please apply via [career.icelandair.is](http://career.icelandair.is) with a CV and cover letter in English no later than August 16, 2019.



Ertu að leita að sérfræðingi?

[hagvangur.is](http://hagvangur.is)



 HAGVANGUR

# Rafvirki- tæknimaður

## Smith & Norland vill ráða tæknimann til starfa í þjónustudeild fyrirtækisins.

Starfið felur í sér viðgerðir og þjónustu á heimilistækjum og öðrum rafbúnaði, afgreiðslu varahluta, símsvörun og ýmis önnur störf á þjónustuverkstæði okkar.

Leitað er að röskum og sjálfstæðum einstaklingi, rafvirkja eða aðila með **sambærilega menntun**, sem vill takast á við áhugavert starf og hefur mikinn áhuga á þjónustu og mannlegum samskiptum.

Um er að ræða gott framtíðarstarf hjá traustu og framsæknu fyrirtæki á rafmagnssviði.

Áhugasamir sendi umsókn á [halldorgh@sminor.is](mailto:halldorgh@sminor.is) eða skili slíkri á skrifstofu fyrirtækisins með upplýsingum um menntun og fyrri störf fyrir 16. ágúst.

Umsóknareyðublöð má nálgast á heimasíðu okkar, [sminor.is](http://sminor.is), (undir flípanum UM OKKUR).

Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem algjört trúnaðarmál.



## SMITH & NORLAND

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

## Vélstjóri

Óskast á Jón á Hofi ÁR 42 sem gerður er út frá Þorlákshöfn.

Óskað er eftir réttindamanni, en stærð aðalvélar er 729 kW. Umsóknir má senda á [jonpall@rammi.is](mailto:jonpall@rammi.is), upplýsingar í síma 899 1785.



## Íslyft ehf

Vesturvör 32 - 200 Kópavogur

## AVANT



## Starfsmaður óskast á varahlutalager

Við auglýsum eftir góðum manni/konu til starfa á varahlutalager. Starfið er mjög fjölbreytt og krefst þokkalegrar tölvukunnáttu, ensku í töluðu og rituðu máli auk þekkingar á vélum, sérstaklega landbúnaðartækjum.

Íslyft & Steinbock þjónustan er búin að vera starfandi síðan 1972. Íslyft hefur verið markaðsleiðandi í sölu á Linde lyfturum og vöruhúsatækjum síðastliðin 20 ár.

Íslyft er m.a. með umboð fyrir Linde, John Deere, Avant, Merlo og Combilift.

Íslyft er öruggur og skemmtilegur vinnustaður og hvetjum við þig til að sækja um.

Umsóknir sendist á netfangið [islyft@islyft.is](mailto:islyft@islyft.is)

Framtíðarstarf hjá öruggu fyrirtæki.



Íslyft ehf er sérhæft fyrirtæki í sölu og þjónustu á lyfurum og dráttarvélum. Íslyft ehf hefur haft mesta markaðshlutdeild í sölu á lyfturum sl. 25 ár.



Ábendingahnappinn má  
finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



# ATVINNULÍFSTENGILL

VIRK leitar að metnaðarfullum einstaklingi í starf atvinnulífstengils. Megináhersla í verkefnum atvinnulífstengils er að virkja fyrirtæki og stofnanir atvinnulífsins til að taka virkan þátt í árangursríkri starfsendurhæfingu og auðvelda þannig einstaklingum endurkomu til vinnu eftir veikindi eða slys.

## Helstu verkefni

- Mynda samband við og heimsækja fyrirtæki og stofnanir í þeim tilgangi að finna viðeigandi störf fyrir einstaklinga í starfsendurhæfingu
- Ráðgjöf vegna einstaklinga í þjónustu og aðstoð við atvinnuleit
- Samstarf við þverfagleg teymi og öflun og miðlun upplýsinga
- Framfylgja verkferlum, annast skráningu og skýrslugerð
- Veita fyrirtækjum sem ráða til sín einstaklinga í starfsendurhæfingu stuðning og samtvinna þannig starfsendurhæfingarferlið við atvinnuþátttöku
- Umbóta- og þróunarstarf

## Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Metnaður, frumkvæði og fagmennska
- Hagnýt starfsreynsla og mjög góð þekking á vinnumarkaði
- Skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Ástríða fyrir því að starfa úti í samfélaginu og vera á ferðinni
- Framúrskarandi samskiptahæfni og þjónustulund
- Félagslyndi, frumkvæði og jákvætt viðmót
- Gott vald á íslensku og ensku ásamt góðri tölvukunnáttu

Hlutverk VIRK er að efla starfsgetu einstaklinga í kjölfar veikinda eða slysa með árangursríkri starfsendurhæfingarþjónustu. VIRK hefur í samstarfi við fagaðila, fyrirtæki og stofnanir skilað samfélagslegum ávinningi með aukinni þátttöku einstaklinga á vinnumarkaði og er leiðandi í rannsóknum og þróun á sviði starfsendurhæfingar. Að VIRK standa öll helstu samtök launamanna og atvinnurekenda á vinnumarkaði.

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

Nánari upplýsingar um VIRK er að finna á [virk.is](http://virk.is)

**Við hvetjum karla jafnt sem konur til að sækja um störf.**

**Upplýsingar veitir:** Geirlaug Jóhannsdóttir, [geirlaug@hagvangur.is](mailto:geirlaug@hagvangur.is)

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

Umsóknarfrestur er til og með 25. ágúst 2019.

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



**VIRK**  
STARFSENDURHÆFINGARSJÓÐUR

SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ

REYKJAVÍKURBORGAR

**HULDA**

**ÆTLAR**

**AÐ VERÐA**

**ROKKARI**

## LANGAR ÞIG AÐ VINNA MEÐ FRAMTÍÐ LANDSINS?

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar óskar eftir fólki til starfa við fjölbreytt störf með börnum og unglingum. Undir skóla- og frístundasvið heyra:

- LEIKSKÓLAR
- GRUNNSKÓLAR
- FRÍSTUNDAMIÐSTÖÐVAR

Nánari upplýsingar á [www.reykjavik.is/laus-storf/sfs](http://www.reykjavik.is/laus-storf/sfs)



Reykjavíkurborg  
Skóla- og frístundasvið



## ÞG Verk óskar eftir vönum smiðum til starfa

- Frábær starfsandi og starfsmannafélag
- Fyrsta flokks starfsmannaaðstaða
- Mjög góð verkefnastaða næstu árin
- Öruggt og traust fyrirtæki

### Hæfniskröfur:

- Sveinspróf eða mikil reynsla
- Góðir samskiptahæfileikar
- Ögun og skipulag í vinnubrögðum

### ÞG Verk - þekkingarfyrirtæki í byggingariðnaði síðan 1998

Félagið er byggt upp á traustum grunni og hefur staðið af sér öll áföll í íslensku efnahagslífi sem og íslenskum byggingariðnaði og starfar enn á upprunalegri kennitölu.

Markmið félagsins hefur ávallt verið að skila góðu verki til sinna viðskiptavina á íbúðamarkaði sem og útboðsmarkaði, að stunda traust og örugg viðskipti og uppfylla væntingar viðskiptavina.

ÞG Verk hefur hlotið viðurkenningu frá Creditinfo sem framúrskarandi fyrirtæki á Íslandi síðastliðin þrjú ár 2016-2018.

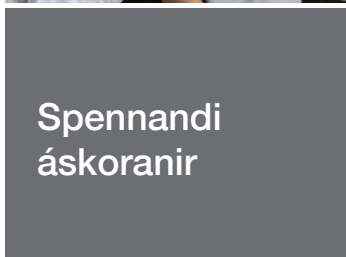
Vinsamlega sendið inn umsókn á [www.tgverk.is](http://www.tgverk.is) - Starfsumsókn  
ÞG Verk - Lágmúla 7, 108 Reykjavík - S: 534 8400



Fjölbreyttir  
atvinnu-  
möguleikar



Alþjóðleg  
tækifæri



Spennandi  
áskoranir



Faglegt  
umhverfi



Pátttaka  
í keppnum  
erlendis

# Lærðu af meisturunum

**KYNNING Á SPENNANDI STARFSNÁMI Á VOX  
ÞRIÐJUDAGINN 13. ÁGÚST KL. 19.00**

VOX býður upp á spennandi starfsnám fyrir eldhuga í mat- og framreiðslu. Um er að ræða nám sem gefur af sér skapandi störf og tækifæri jafnt innanlands sem utan. Við bjóðum heim þann 13. ágúst í kaffi og vöfflur þar sem farið verður í saumana á námsleiðum og gefin innsýn í veröld nema og fagmanna á sviðinu.

Kynntu þér gullin framtíðartækifæri á VOX – við tökum vel á móti þér.  
Nánari upplýsingar: Guðrún Björk Geirsdóttir, gudrunbg@icehotels.is, sími 775 7060



# Laus Sæti

## Skrifstofustjóri áhættustýringar

Skrifstofa áhættustýringar er ný skrifstofa á kjarnasviði fjármála- og áhættustýringar en meginhlutverk hennar felst í stefnumörkun og innleiðingu á heildstæðri áhættustýringu hjá Reykjavíkurborg.

Skrifstofan ber jafnframt ábyrgð á fjárhagslegum áhættugreiningum vegna A-hluta borgarsjóðs og tekur þátt í stefnumótun um fjármálastjórn og fjárhagslega áhættustýringu. Skrifstofan annast vöktun á horfum í efnahagsmálum og gerð greinargerða til borgarstjóra og borgarráðs um áhættur í rekstrarumhverfi borgarinnar.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Stjórnun og dagleg ábyrgð á starfsemi og rekstri skrifstofunnar
- Ábyrgð á mörkun áhættustefnu og framkvæmd áhættustýringar
- Ábyrgð á kortlagningu og gerð áhættumats
- Ábyrgð á gerð áhættugreininga og sviðsmynda vegna reksturs borgarinnar
- Ábyrgð á mótun aðferðarfræði við áhættustýringu, kerfislegt utanumhald, skýrslugjöf og fl.
- Ábyrgð á fjárhagslegum áhættugreiningum í rekstri og rekstrarumhverfi borgarinnar og framsetningu á reglubundnum áhættuskýrslum
- Annast vöktun efnahagsspár og greiningu á stöðu og horfum í efnahagsmálum
- Veitir ráðgjöf og fræðslu á sviði áhættustýringar
- Ábyrgð á leiðbeiningar-, eftirlits- og þróunarhlutverki á sviði áhættustýringar

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólagráða og framhaldsmenntun sem nýtist í starfi, s.s. á sviði áhættufræða, fjármalahagfræði, fjármálastærðfræði, fjármálaverkfræði eða aðgerðagreiningar
- Þekking og reynsla á sviði áhættustýringar
- Þekking á heildstæðri áhættustýringu (Enterprise Risk Management)
- Sterk rökhugsun, greinarhæfni og færni til að hafa yfirsýn yfir flókin og víðamikil verkefni
- Góð þekking á sviði tölfraði, líkanagerð og flókinni greiningarvinnu
- Reynsla að starfi tengdu stærðfræðilegum og hagfræðilegum greiningum, fjármálum fyrirtækja og/eða fjárhagslegri áhættustýringu er æskileg
- Þekking á sviði efnahagsmála, opinberra fjármála og fjármálamarkaða er æskileg
- Frumkvæði, framsýni og metnaður til að ná árangri í starfi
- Góð samskiptahæfni
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

## Skrifstofustjóri launaskrifstofu

Fjármála- og áhættustýringarsvið Reykjavíkurborgar leitar að öflugum leiðtoga til að stýra launaskrifstofu borgarinnar.

Launaskrifstofa er ein af skrifstofum hins nýja kjarnasviðs fjármála- og áhættustýringar. Skrifstofan ber ábyrgð á launavinnslu borgarinnar og afgreiðslu launa, launatengdum gjöldum og skilum á staðgreiðslu launa. Þá veitir skrifstofan ráðgjöf til stjórnenda og mannauðsráðgjafa, sinnir fræðslu- og gæðamálum vegna launavinnslu og meðhöndlunar launagagna, auk fleiri verkefna er heyra undir skrifstofuna.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Stjórnun og dagleg ábyrgð á starfsemi og rekstri skrifstofunnar
- Ábyrgð á launavinnslu Reykjavíkurborgar, afgreiðslu launa og skilum á launatengdum gjöldum
- Ábyrgð á móttöku og skráningu gagna, gagnavinnslu, launatölflum og meðferð kjarasamninga í mannauðs- og launakerfi
- Eftirlit með launagögnum
- Ábyrgð á skilum á staðgreiðslu og launafamtali Reykjavíkurborgar
- Ábyrgð á gæðamálum sem heyra undir skrifstofuna og veitir ráðgjöf og fræðslu til stjórnenda og mannauðsráðgjafa

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Greiningarhæfni og þekking á launakerfum
- Leiðtogahæfileikar og stjórnunarreynsla
- Góð samskiptahæfni
- Frumkvæði, framsýni og metnaður til að ná árangri í starfi
- Skipulagshæfni, sjálfstæði og öguð vinnubrögð
- Geta til að vinna undir álagi
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku
- Reynsla af opinberri stjórnarsýslu er kostur

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

**Umsóknarfrestur fyrir störfin er til og með 26. ágúst 2019.**

Umsækjendur eru vinsamlega beðnir um að sækja um störfin á heimasíðu Reykjavíkurborgar, [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf)

Nánari upplýsingar um störfin veitir **Haldóra Káradóttir** sviðsstjóri fjármála- og áhættustýringarsviðs í gegnum tölvupóstfangið [halldora.karadottir@reykjavik.is](mailto:halldora.karadottir@reykjavik.is).



# Verkstæðismóttaka

Toyota Kaupúni leitar að metnaðarfullum einstaklingi í framtíðarstarf í Verkstæðismóttöku.

## Starfssvið

- Móttaka viðskiptavina
- Afgreiðsla fyrir verkstæði fyrirtækisins
- Verkbókanir og reikningagerð

## Hæfniskröfur

- Rík þjónustulund
- Skipulagshæfni og frumkvæði
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Vandvirkni og stundvísi

Vikulegar vaktir mán – fös 07:30-18:00, 07:30-16:30 og 09:00-18:00.

Sækið um starfið á vef félagsins [www.toyota.is/storf](http://www.toyota.is/storf) - Nánari upplýsingar veitir Fanný Bjarnadóttir [fanny@toyota.is](mailto:fanny@toyota.is) - Umsóknarfrestur er til og með 19. ágúst 2019. Allar nánari upplýsingar um starfið má finna á ráðningarvefnum.

**Toyota Kaupúni** Opið mán - fös:  
Kaupúni 6 07.45 - 18.00  
Garðabæ Laugardaga:  
Sími: 570-5070 12.00 - 16.00  
[www.toyotakaupuni.is](http://www.toyotakaupuni.is) [info@toyota.is](mailto:info@toyota.is)



**Toyota Kaupúni**

# LAUS STÖRF HJÁ HAFNARFJARÐARBÆ

## Fræðslu- og frístundapjónusta

- Kennslufulltrúi í upplýsingatækni

## Grunnskólar

- Frístundaleiðbeinandi - Hvaleyrarskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Áslandsskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Víðistaðaskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Öldutúnsskóli
- Frístundaleiðbeinandi - Lækjarskóli
- Sérkennari á yngri stigum - Öldutúnsskóli
- Stuðningsfulltrúi nemenda með fjölþættan vanda - Menntasetrið við Lækinn
- Umsjónarkennari - Menntasetrið við Lækinn
- Þroskaþjálfari - Setbergsskóli
- Heimilisfræðikennsla - Setbergsskóli
- Skólaliði í íþróttahúsi - Setbergsskóli

## Leikskólar

- Leikskólakennari - Vesturkot
- Leikskólakennari - Hvammur

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

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



HAFNARFJÖRDUR

585 5500 [hafnarfjordur.is](http://hafnarfjordur.is)

## Lögfræðingur í lögfræðiráðgjöf tekjusviða



Við leitum að framúrskarandi og þjónustulunduðum einstaklingi til starfa í lögfræðiráðgjöf tekjusviða. Starfsfólk deildarinnar sinnir lögfræðilegri ráðgjöf fyrir eignastýringu, markaðsviðskipti og viðskiptabankasvið.

Viðkomandi þarf að hafa þekkingu og reynslu á sviði verðbréfamarkaðsréttar og/eða málefnum lífeyrissjóða.

### Helstu verkefni

- Lögfræðileg verkefni á sviði verðbréfamarkaðsréttar og lífeyrismála
- Ritun álita, samninga- og skjalagerð
- Samskipti við opinbera aðila og viðskiptavini
- Þátttaka í ýmsum starfs- og verkefnahópum

### Hæfniskröfur

- Meistarapróf í lögfræði, lögmannsréttindi æskileg
- Starfsreynsla sem nýtist í starfi
- Mjög góð kunnátta í íslensku og ensku ásamt hæfni til að tjá sig í ræðu og riti
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Hæfileiki til að vinna sjálfstætt og í hóp

Nánari upplýsingar veitir **Unnur Erla Jónsdóttir** forstöðumaður, **444 6130**, [unnur.era.jonsdottir@arionbanki.is](mailto:unnur.era.jonsdottir@arionbanki.is) eða **Ásta Einarsdóttir** mannauðsráðgjafi, **856 6376**, [asta.einarsdottir@arionbanki.is](mailto:asta.einarsdottir@arionbanki.is).

Sótt er um starfið á [arionbanki.is](http://arionbanki.is). Umsóknarfrestur er til og með 20. ágúst 2019.

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





Reykjavíkurborg  
Skóla- og frístundasvið

## Innkaupa- og vörusérfræðingur

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir starf innkaupa- og vörusérfræðings laust til umsóknar. Leitað er að öflugum og metnaðarfullum einstaklingi í fjármála- og rekstrarþjónustu skóla- og frístundasviðs. Næsti yfirmaður innkaupa- og vörusérfræðings er fjármálastjóri sviðsins.

Undir skóla- og frístundasviði heyrir rekstur leikskóla, grunnskóla og frístundamiðstöðva Reykjavíkurborgar, starfsemi Námsflokka Reykjavíkur og skólahljómsveita. Útgjöld sviðsins eru u.þ.b. 50 milljarðar kr. á ári í tæplega 200 rekstrareiningum. Innkaup á vörum og þjónustu nema u.þ.b. 5 milljörðum kr.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Stýring á innkaupum á vörum og þjónustu sviðsins.
- Umsjón með framkvæmd útboða á vegum sviðsins.
- Greining á tækifærum sem leiða til rekstrarhagkvæmni fyrir sviðið.
- Eftirlit með virkni innkaupaferla.
- Samskipti við miðlæga innkaupaskrifstofu borgarinnar.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólagráða í viðskiptafræði, verkfræði eða önnur sambærileg raungreinamenntun sem nýtist í starfi.
- Sjálfstæði, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð.
- Reynsla af stýringu innkaupa er æskileg.
- Góð samskiptafærni og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Þekking á gerð útboðslýsinga og samninga.
- Þekking á opinberum innkaupum er æskileg.
- Haldgóð alhliða tölvuþekking.

Umsókn fylgi starfsferilskrá og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Um laun og starfskjör fer samkvæmt kjarasamningum um Reykjavíkurborgar og viðeigandi stéttarfélag.

**Umsóknarfrestur er til og með 26. ágúst 2019.**

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf)

Nánari upplýsingar veitir Kristján Gunnarsson, fjármálastjóri í síma 411-1111, netfang: [kristjan.gunnarsson@reykjavik.is](mailto:kristjan.gunnarsson@reykjavik.is)

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

# Nýtt fólk

## Jewells ráðin til Pipars\TBWA



Jewells Chambers hefur verið ráðin til auglýsinga- og markaðsfyrirtækisins Pipars\TBWA og dótturfyrirtækis þess, netmarkaðsstofunnar The Engine þar sem hún stýrir stafrænni stefnumótun.

Jewells mun leiða og móta stefnu í öllu sem við kemur stafrænni markaðssetningu á netinu fyrir bæði innlenda og erlenda viðskiptavini Pipars\TBWA og The Engine og mun sjá um að fylgja henni síðan eftir ásamt teymi sérfræðinga stofanna. Hún mun einnig sjá um að leiða og þróa stefnu í að greina árangur stafrænnar markaðssetningar fyrir viðskiptavini bæði hvað varðar sölu, þjónustu og upplifun.

Jewells starfaði sem markaðs- og stefnumótunarstjóri hjá Íslenskum fjallaleiðsögumönnum á árunum 2016-2019. Áður en hún kom til Íslands starfaði hún í New York m.a. hjá ClickZ Group & SES, Opal Summits, The Glass Hammer og The White House Project.

Jewells er fædd og uppalin í Brooklyn í New York en hún flutti til Íslands fyrir þremur árum. Utan vinnu stundar hún fjallgöngur og heldur úti hlaðvarpi um Ísland. Jewells er gift Gunnari Erni Ingólfssyni sálfræðingi.

## Ólöf Hildur nýr framkvæmdastjóri fjármála-sviðs Advania Data Centers

Ólöf Hildur Pálsdóttir hefur verið ráðin framkvæmdastjóri fjármálasviðs hátækni-fyrirtækisins Advania Data Centers.

Ólöf hefur undanfarið starfað sem sjálfstæður fjármálaráðgjafi og setið í stjórnnum félaga, m.a. Regins hf. Þar áður starfaði hún í um 20 ár hjá Arion banka og forvera hans, m.a. sem stjórnandi á fyrirtækja-sviði. Starfsferill hennar hefur einkum snúist um ákvarðanir um fjárfestingar og lánveitingar, en jafnframt greiningarvinnu og samningagerð. Hún hefur jafnframt reynslu af straumlinustjórnun og sat í ýmsum innri ákvörðunarnefndum innan bankans.

Ólöf útskrifaðist sem viðskiptafræðingur af fjármálasviði við Háskóla Íslands árið 2000.

Advania Data Centers sérhæfir sig í rekstri gagnavera, ofurtölva, blockchain og tölvubúnaðar sem hannaður er til að hámarka reiknigetu.

Advania Data Centers á og rekur tvö öflug gagnaver sem hýsa tölvubúnað og ofurtölvur. Meðal viðskiptavina fyrirtækisins er ein stærsta fjármálastofnun heims sem nýtir ofurtölvuþjónustur og gagnavershýsingu félagsins, fyrirtæki í bílaframleiðslu og flugíðnaði ásamt fjölmörgum stofnunum og fyrirtækjum á ýmsum sviðum, bæði innlendum og erlendum.

## Halldóra aðstoðarmaður bæjarstjóra Reykjanesbæjar

Halldóra G. Jónsdóttir hefur verið ráðin í starf aðstoðarmanns bæjarstjóra Reykjanesbæjar.

Hún lauk B.S. í viðskiptafræði frá Háskólanum í Reykjavík árið 2003 og meistaranámi í forystu og stjórnun, með áherslu á verkefna-stjórnun, frá Háskólanum á Bifröst árið 2019.

Síðastliðin átta ár hefur hún starfað sem sérfræðingur í markaðs- og samskiptadeild Landsbankans en þar áður starfaði hún hjá Landsbankanum og Sparisjóðnum í Keflavík.

Halldóra mun hefja störf byrjun september.

## FRÉTTABLAÐIÐ

Tilkynningar um nýtt fólk Atvinnublað Fréttablaðsins kemur út á laugardögum í viku hverri. Umsjónarmaður blaðsins er Hrannar Helgason. Blaðið birtir valdar greinar um ráðningu nýrra starfsmanna. Sendið tilkynningar ásamt mynd af viðkomandi á netfangið: [nyttfolk@frettbladid.is](mailto:nyttfolk@frettbladid.is)

## Við leitum að liðsauka

Vörður er ört stækkandi tryggingafélag með um 100 starfsmenn og 65 þúsund viðskiptavini um land allt. Félagið býður upp á nútímalegt starfsumhverfi og byggir á umbótamenningu þar sem áhersla er lögð á framsækna hugsun, sveigjanleika, árangur, samfélagslega ábyrgð, vellíðan og starfsánægju.

Vörður er Fyrirtæki ársins hjá VR.

### VERKEFNASTJÓRI Á VERKEFNASTOFU

#### Starfssvið:

- Verkefnastýring umbreytingaverkefna
- Undirbúningur, skilgreining og skipulagning verkefna
- Greiningarvinna og upplýsingagjöf
- Handleiðsla verkefnateyma
- Tryggja framgang og árangur verkefna

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Framúrskarandi samskiptahæfni og jákvætt viðmót
- Frumkvæði og skipulögð vinnubrögð
- Reynsla af verkefnastjórnun, reynsla af stýringu stafrænna verkefna með AGILE-nálgun er kostur
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi svo sem MPM, viðskipta- eða verkfræði

Nánari upplýsingar um starfið veitir Helgi R. Helgason, forstöðumaður, í netfanginu [helgih@vordur.is](mailto:helgih@vordur.is)

### TJÓNAFULLTRÚÍ Í SJÚKRA- OG SLYSATJÓNUM/PERSÓNUTJÓNUM

#### Starfssvið:

- Almenn vinnsla mála er varða persónutjón
- Yfirlestur og úrvinnsla læknisfræðilegra gagna
- Ákvörðun bótaskyldu og uppgjör tjónamála
- Samskipti og þjónusta við viðskiptavini, heilbrigðis-stofnanir og aðra hagsmunaaðila

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Framúrskarandi samskiptahæfni og jákvætt viðmót
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Skipulögð og vandvirk vinnubrögð ásamt hæfni til að vinna undir álagi
- Gott vald á íslensku og ensku í töluðu og rituðu máli
- Góð tök á tölulegum útreikningum
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi svo sem á sviði heilbrigðis- eða félagsvísinda

Nánari upplýsingar um starfið veitir Heiða Óskarsdóttir, forstöðumaður, í netfanginu [heida@vordur.is](mailto:heida@vordur.is)

Vörður er jafnlaunavottað fyrirtæki og hvetjum við konur jafnt sem karla til að sækja um.

Tekið er á móti umsóknum á heimasíðu félagsins [vordur.is](http://vordur.is)

**Umsóknarfrestur er til 19. ágúst nk.**





# Nýtt fólk

## Inga Rún ráðin til Fréttablaðsins

Inga Rún Sigurðardóttir, ensku- og fjölmiðlafræðingur, hefur verið ráðin umsjónarmaður Tilverunnar í Fréttablaðinu. Hún hefur starfað sem blaðamaður síðustu tvo áratugi, mestallan tímann á Morgunblaðinu, þar af lengst á Sunnudagsblaði Morgunblaðsins og sem menningarblaðamaður og umsjónarmaður dægurmeningarmála blaðsins auk starfa á mbl.is um tveggja ára skeið. Hún hefur enn fremur skrifað í sýningarsskrár fyrir listasöfn og gallerí, fleiri erlend og íslensk blöð og tímarit, þar á meðal Berliner Zeitung í gegnum evrópskan blaðamannastyrk.

Inga Rún er menntuð frá Háskóla Íslands og Háskólanum í Amsterdam.

Tilveran er þemaefni sem birt er í hverju fimmtudagsblaði Fréttablaðsins þar sem áhugaverð samfélagsmál eru krufin á læsilegan máta.

Inga Rún er búsett í Árbænum og elskar göngur í Elliðaárdalnum, sundferðir með fjölskyldunni, bóklestur, umhverfismál, hönnun og matarmarkaði.

Inga Rún hóf störf 1. ágúst.



## Díana Óskarsdóttir nýr forstjóri HSU

Díana Óskarsdóttir hefur verið skipuð í starf forstjóra Heilbrigðisstofnunar Suðurlands til næstu fimm ára. Díana er menntaður geislafræðingur með meistaranám í lýðheilsuvísindum og hefur að auki stundað nám í stjórnun og rekstri á sviði heilbrigðisþjónustu.

Heilbrigðisráðherra skipar í stöðuna og er ákvörðun ráðherra tekin að undangengnu mati lögskipaðrar hæfnisnefndar sem metur hæfni umsækjanda um stöður forstjóra heilbrigðisstofnana. Sex sóttu um stöðuna.

Díana er með B.S.-gráðu í geislafræði, meistaraþróf í lýðheilsuvísindum og hefur að auki stundað nám í stjórnun og rekstri á sviði heilbrigðisþjónustu. Hún hefur gegnt starfi deildarstjóra á röntgendeild Landspítalans frá árinu 2015, samhliða lektorsstöðu við Háskólann í Reykjavík. Áður starfaði hún í sjö ár sem geislafræðingur hjá Hjartavernd auk þess að vera námsbrautarstjóri í lektorsstöðu við Háskóla Íslands í tíu ár. Díana hóf fyrst störf sem geislafræðingur árið 1990 og hefur frá þeim tíma meðal annars unnið á Heilbrigðisstofnun Suðurlands, Landspítalanum og hjá Geislavörnum ríkisins.



## Ingvar Freyr ráðinn hagfræðingur Samorku

Ingvar Freyr Ingvarsson hefur verið ráðinn í starf hagfræðings hjá Samorku, samtökum orku- og veitufyrirtækja á Íslandi.

Ingvar lauk meistaraþróf í hagfræði með áherslu á orku- og loftslagshagfræði frá Landbúnaðarháskólanum að Ási (Norges miljø- og biovitenskapelige universitet – NMBU) árið 2016, kennsluréttindum frá Háskóla Íslands árið 2012 og B.S.-gráðu í hagfræði frá sama skóla árið 2011.

Samhliða námi starfaði hann sem sérfræðingur hjá Hagfræðideild Landsbankans og við tölfraðilegar greiningar hjá Seðlabanka Íslands. Þá hefur hann kennt hagfræði og skyldar greinar, bæði í menntaskóla og við Opna háskólann í Reykjavík, sem kennari í Háskóla Íslands og við NMBU.

Ingvar hefur verið hagfræðingur Samtaka verslunar og þjónustu frá árinu 2016.

Ingvar Freyr mun hefja störf hjá Samorku í september.



## FRÉTTABLAÐIÐ

**Tilkynningar um nýtt fólk** Atvinnublað Fréttablaðsins kemur út á laugardögum í viku hverri. Umsjónarmaður blaðsins er Hrannar Helgason. Blaðið birtir valdar greinar um ráðningu nýrra starfsmanna. Sendið tilkynningar ásamt mynd af viðkomandi á netfangið: [nyttfolk@frettbladid.is](mailto:nyttfolk@frettbladid.is)



## Kennsluráðgjafi

Staða kennsluráðgjafa fyrir leik- og grunnskóla á starfssvæði Skóla- og velferðarþjónustu Árneshings er laus til umsóknar. Um er að ræða 100% stöðu. Á svæðinu eru sjö leikskólar, sex grunnskólar og tveir leik- og grunnskólar.

### Starfssvið

- Forvarnarstarf og ráðgjöf um snemmtæka íhlutun með áherslu á sjálfbærni skóla við lausn mála sem upp koma.
- Þverfaglegt samstarf með starfsfólki leik- og grunnskóla.
- Fræðsla og/eða handleiðsla vegna einstaklinga eða hópa.
- Stuðningur við nýbreytni- og þróunarstarf skóla m.a. með ráðgjöf við stjórnendur og starfsmenn leik- og grunnskóla.
- Skipulagning á símenntun starfsfólks leik- og grunnskóla og stuðningur við starfsþróun.

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Leyfisbréf sem grunnskólakennari.
- Framhaldsmenntun á sviði uppeldis- og menntunarfræða.
- Farsæl kennslureynsla í grunnskóla, kennslureynsla í leikskóla æskileg.
- Góðir skipulagshæfileikar,
- Lípurð í samskiptum, reynsla og áhugi á teymisvinnu.

Hjá Skóla- og velferðarþjónustu Árneshings starfar öflug liðsheild sérfræðinga sem vinnur í þverfaglegu samstarfi um málefni einstaklinga og hópa. Það eru forstöðumaður, teymisstjóri og kennsluráðgjafi, sálfræðingar, talmeinafræðingar og félagsráðgjafar.

Leitað er eftir metnaðarfullum einstaklingi sem er tilbúinn að taka þátt í þróun þjónustunnar og samstarfi, m.a. við sérfræðinga ART teymis og heilbrigðisþjónustu.

### Umsóknarfrestur er til og með 18. ágúst 2019

Umsóknir sendist rafrænt á netfangið [hrafnhildur@arnesthing.is](mailto:hrafnhildur@arnesthing.is). Umsókninni skal fylgja ferilskrá um störf umsækjanda, menntun og nöfn tveggja umsagnaraðila. Einnig skal fylgja greinargerð þar sem fram koma hugmyndir umsækjanda um sérfræðiþjónustu og tilgreina þau verkefni sem viðkomandi hefur unnið að og varpað geta ljósi á færni hans til að sinna starfinu. Í samræmi við jafnréttisstefnu sveitarfélaganna eru bæði karlar og konur hvött til að sækja um starfið. Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands Íslenskra sveitarfélaga og Skólastjórafélags Íslands. Ráðið verður í stöðuna frá og með 1. september 2019 eða eftir samkomulagi. Nánari upplýsingar um starfið veitir Hrafnhildur Karlsdóttir teymisstjóri og kennsluráðgjafi [hrafnhildur@arnesthing.is](mailto:hrafnhildur@arnesthing.is)

## ATVINNA

# RIDDARAR HRINGHAGKERFISINS STARFSFÓLK ÓSKAST Á ENDURVINNSLUSTÖÐ



Við óskum eftir að ráða fólk til starfa á endurvinnslustöðvar SORPU.

### Í starfinu felst:

- afgangsla og þjónusta
- dagleg umhirða og þrif stöðvarinnar
- móttaka viðskiptavina og leiðsögn
- mat á farmi og aðstoð við flokkun
- innheimta á gjaldi vegna úrgangs
- umsjón skilgaldsskyldra umbúða
- annað sem tilheyrir starfinu

Leitað er að starfsfólki með hæfni í mannlegum samskiptum, ríka þjónustulund og góða framkomu. Snyrtimennska og íslenskukunnátta eru skilyrði auk þess sem reynsla af þjónustustörfum og áhugi og þekking á umhverfismálum eru kostir.

Unnið er í vaktavinnu í um 84% starfshlutfalli.

Sótt er um á heimasíðu SORPU á [sorpa.is/starf](http://sorpa.is/starf)  
Umsóknarfrestur er til 15. ágúst.

SORPA | Gylfahlöt 5 | 112 Reykjavík | 520 2200 | [sorpa.is](http://sorpa.is)

**SORPA**



## Parftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðgjöf og ráðningum. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

**ráðum**  
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770 • [www.radum.is](http://www.radum.is) • [radum@radum.is](mailto:radum@radum.is)



## Ritari

Laus er til umsóknar 60% staða ritara á geðheilsusviði Reykjalundar.

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Á Reykjalundi er unnið í þverfaglegri teymisvinnu þar sem áhersla er lögð á skjólstæðingsmiðaða nálgun og heildræna sýn.

Krafist er frumkvæðis, sjálfstæðis í vinnubrögðum, skipulags-hæfileika og góðrar hæfni í mannlegum samskiptum. Mikilvægt er að viðkomandi hafi góða tölvukunnáttu og þekking á sjúkraskrákerfinu Sögu er æskileg. Heilbrigðisritaranám og/eða nám innan heilbrigðisvísinda er einnig æskilegt.

Laun byggja á kjarasamningi Sameykis og fjármálaráðherra auk stofnanasamnings Sameykis og Reykjalundar.

Upplýsingar um starfið veita Rósa María Guðmundsdóttir hjúkrunarstjóri geðheilsusviðs í síma 585-2000, netfang: rosamaria@reykjalundur.is og Guðbjörg Gunnarsdóttir mannauðsstjóri í síma 585-2143, netfang: gudbjorg@reykjalundur.is

Umsóknarfrestur er til 25. ágúst 2019.

Umsóknarform og upplýsingar um Reykjalund má finna á heimasíðunni [www.reykjalundur.is](http://www.reykjalundur.is)

Reykjalundur, endurhæfingarmiðstöð SÍBS.  
Sími 585 2000 – [www.reykjalundur.is](http://www.reykjalundur.is)



## Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Hjúkrunarfræðingur	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Garðabær	201908/1447
Löglærður fulltrúi	Sýslumaðurinn á Suðurlandi	Hvolsvöllur	201908/1446
Skrifstofumaður	Sýslumaðurinn á Suðurlandi	Selfoss	201908/1445
Móttökuritari	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Akureyri	201908/1444
Yfirhjúkrunarfræðingur svæðis	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Akureyri	201908/1443
Lögfræðingur í reglusetningum	Fjármálaeftirlitið	Reykjavík	201908/1442
Viðskiptafræðingur í innheimtu	Landspítali, reikningskil og fjárstýring	Reykjavík	201908/1441
Hjúkrunarfræðingur	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Reykjavík	201908/1440
Sálfræðingur barna	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Seltjarnarnes	201908/1439
Hjúkrunarfræðingur	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Seltjarnarnes	201908/1438
Yfirlandvörður á Breiðam.sandi	Vatnajökulsþjóðgarður	Skaftafell	201908/1437
Mannvirkja- og gæðafulltrúi	Vatnajökulsþjóðgarður	Garðabær	201908/1436
Framhaldsskólakennari í dönsku	Fjölbrautaskóli Vesturlands	Akranes	201908/1435
Prestur í Kirkjubæjarkl.prestakall	Biskupsembættið	Kirkjubæjarkl.	201908/1434
Hjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Akureyri	201908/1433
Sjúkraliði	Heilbrigðisstofnun Vesturlands	Akranes	201908/1432
Starf í þjónustudeild	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Egilsstaðir	201908/1431
Sérfræðingur á sviði lífeindafræði	Landspítali, rannsóknakjarni	Reykjavík	201908/1430
Launa- og rekstrarfulltrúi	Barnaverndarstofa	Reykjavík	201908/1429
Lögreglumaður	Lögreglustjórinn á Austurlandi	Eskifjörður	201908/1428



## Barnaverndarstofa Launa- og rekstrarfulltrúi

Barnaverndarstofa hefur í rúma tvo áratugi verið leiðandi í þjónustu við börn, þróun vandaðra vinnubragða og innleiðingu gagnreyndra aðferða. Stofan leitar að öflugum launa- og rekstrarfulltrúa í fullt starf. Barnaverndarstofa er sjálfstæð stofnun með sex starfseiningar og rúmlega 90 starfsmenn.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Launavinnsla
- Merking fylgiskjala til greiðslu og samþykkt rafrænna reikninga
- Bókhaldsmerking og frágangur fylgiskjala með innkaupakortum
- Ýmis upplýsingagjöf til starfsmanna vegna kjaramála
- Önnur tilfallandi verkefni tengd launavinnslu og bókhaldi
- Aðstoð við símsvörur og afgreiðslu

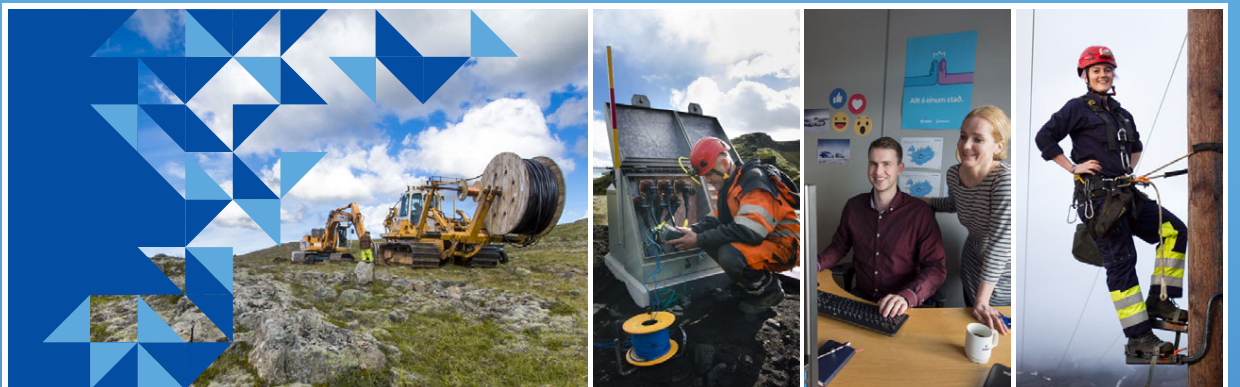
### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Stúdentspróf skilyrði
- Þekking og reynsla af sambærilegu starfi æskileg
- Mjög góð almenn tölvukunnáttu er skilyrði
- Viðkomandi þarf að vera talnaglöggur og nákvæmur
- Mikilvægt er að búa yfir góðri samskiptafærni, hæfni til að vinna skipulega og ríkrí þjónustulund
- Krafa um mjög góða íslenskunnáttu í ræðu og riti
- Krafa um enskukunnáttu, kunnáttu í einu norðurlandamáli æskileg

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Við úrvinnslu umsókna um störfin gildir mat Barnaverndarstofu á hæfni og eiginleikum umsækjenda. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi ríkisins og SFR. Tekið er mið af jafnréttisáætlun Barnaverndarstofu við ráðningar á stofuna.

### Umsóknarfrestur er til og með 2. september n.k.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Guðrún Sigurjónsdóttir, fjármála- og mannauðsstjóri Barnaverndarstofu í síma 530-2600 eða á netfanginu [gudruns@bvs.is](mailto:gudruns@bvs.is). Umsóknir óskast sendar á netfangið [bvs@bvs.is](mailto:bvs@bvs.is). Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Allar umsóknir gilda í sex mánuði frá birtingu ef starf losnar að nýju innan þess tíma.



## Hönnun og áætlanagerð Blönduósi eða Sauðárkróki

RARIK ohf. auglýsir eftir tæknimanni við hönnun, áætlanagerð og fleira á starfsstöð fyrirtækisins á Blönduósi eða Sauðárkróki. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Hér er um fjölbreytt starf að ræða við dreifikerfi fyrirtækisins. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

### Starfssvið

- Áætlanagerð
- Hönnun dreifikerfa
- Verkundirbúningur
- Samskipti við viðskiptavini
- Gagnaskráningar

### Hæfniskröfur

- Rafmagnstæknifræði eða rafmagnsiðnfræði
- Þekking og reynsla af háspennukerfum er kostur
- Þekking á AutoCad er kostur
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum
- Drifkraftur og sjálfstæð vinnubrögð
- Góð almenn tölvukunnáttu

Nánari upplýsingar veita Steingrímur Jónsson, deildarstjóri rekstrarsviðs á Norðurlandi og/eða starfsmannastjóri RARIK í síma 528 9000. Umsóknarfrestur er til 26. ágúst 2019 og skal skila umsóknum með ferilskrá á [www.rarik.is/atvinna](http://www.rarik.is/atvinna).

RARIK ohf. er rekið sem opinbert hlutfélag í eigu ríkisins. Hlutverk RARIK er að dreifa raforku auk þess að afla, dreifa og annast sölu á heitu vatni. Starfsmenn RARIK eru um 200, aðalskrifstofa er í Reykjavík og um 20 starfsstöðvar eru dreifðar vítt og breitt um landið.





Reykjavíkurborg  
Skóla- og frístundasvið

## Fjármálasérfræðingur

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir starf fjármálasérfræðings laust til umsóknar. Leitað er að öflugum og metnaðarfullum einstaklingi í fjármála- og rekstrarþjónustu skóla- og frístundasviðs. Næsti yfirmaður fjármálasérfræðings er fjármálastjóri sviðsins og helstu verkefni tengjast fjármálaþjónustu við leikskóla borgarinnar. Undir skóla- og frístundasviði heyrir rekstur leikskóla, grunnskóla og frístundamiðstöðva Reykjavíkurborgar, starfsemi Námsflokka Reykjavíkur og skólahljómsveita. Jafnframt greiðir sviðið framlög til sjálfstætt starfandi dagforeldra, leikskóla, grunnskóla og tónlistarskóla og hefur eftirlit með starfsemi þeirra. Skóla- og frístundasvið þjónustar yfir 20 þúsund börn og fjölskyldur þeirra. Útgjöld sviðsins eru u.þ.b. 50 milljarðar kr. á ári í tæplega 200 rekstrareiningum.

### Helstu verkefni:

- Úthlutunarlíkan og dreifing fjármagns til leikskóla.
- Gerð fjárhagsáætlana.
- Mánaðarleg uppgjör og frávikagreining.
- Fjárhagslegt eftirlit til að tryggja að útgjöld séu innan fjárheimilda.
- Greiningarvinna og útreikningar.
- Eftirlit með lykiltölugreiningu starfstöðva.
- Upplýsingagjöf til stjórnenda.

### Menntun- og hæfniskröfur:

- Háskólagráða í viðskiptafræði með áherslu á fjármál eða endurskoðun.
- Mastersgráða í viðskiptafræði kostur.
- Reynsla af vinnu við uppgjör og áætlanagerð æskileg.
- Reynsla af lykiltalagreiningu æskileg.
- Þekking á rekstri leikskóla er kostur.
- Góð íslenskukunnátta ásamt færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Frumkvæði, sjálfstæði og metnaður til að ná árangri í starfi.
- Skipulagshæfni, nákvæmni og öguð vinnubrögð.
- Lipurð í samskiptum.

Umsókn fylgi starfsferilskrá og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Um laun og starfskjör fer samkvæmt kjarasamningum Reykjavíkurborgar og viðeigandi stéttarfélags.

**Umsóknarfrestur er til og með 26. ágúst 2019.**

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf)

Nánari upplýsingar veita Kristján Gunnarsson, fjármálastjóri og Guðmundur Guðbjörnsson, deildastjóri í síma 411-1111, netföng: [kristjan.gunnarsson@reykjavik.is](mailto:kristjan.gunnarsson@reykjavik.is), [gudmundur.gudbjornsson@reykjavik.is](mailto:gudmundur.gudbjornsson@reykjavik.is)

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



## GUARD FORCE COMMANDER

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu Guard Force Commander lausa til umsóknar.

Umsóknarfrestur er til og með **19. ágúst 2019**. Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins: <https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/> Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Guard Force Commander. The closing date for this position is **August 19, 2019**. Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page:

<https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/>  
Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)



NÁTTÚRUSTOFA  
VESTFJARÐA

## Náttúrustofa Vestfjarða auglýsir starf forstöðumanns laust til umsóknar

Náttúrustofa Vestfjarða er alhliða rannsóknar- og þjónustustofnun í náttúrufræðum á Vestfjörðum, með aðsetur í Bolungarvík og starfsstöðvar á Hólmarvík og Patreksfirði. Verkefni Náttúrustofunnar varða fyrst og fremst öflun upplýsinga um náttúru og umhverfi Vestfjarða og úrvinnslu á þeim. Náttúrustofa Vestfjarða sinnir fjölbreyttum verkefnum á sínu starfssviði fyrir sveitarfélög, stofnanir eða einkaaðila. Auk þess sér Náttúrustofan um rekstur safna fyrir Bolungarvíkurkaupstað.

### Helstu verkefni forstöðumanns:

- Ábyrgð á daglegum rekstri og stjórnun mannaúds.
- Leiðir rannsóknir á verkefnasviði Náttúrustofunnar.
- Fjármál, áætlanagerð og innleiðing stefnumótunar í samstarfi við stjórn.
- Ábyrgð á verkefnasamningum við sveitarfélög á Vestfjörðum.
- Samskipti við stjórnvöld, aðildarsveitarfélög, önnur sveitarfélög á starfssvæðinu, samstarfsaðila og viðskiptavini.

### Menntun og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í líffræði og framhaldsmenntun í dýrafræði, vistfræði eða sambærileg menntun.
- Reynsla af sjálfstæðum rannsóknum og skýrslugerð.
- Reynsla af styrkumsóknum og sjálfstæðum vinnubrögðum.
- Stjórnunar- og rekstrarreynsla.
- Hæfni í mannlegum samskiptum, frumkvæði og uppbyggilegt viðmót.
- Hæfni í ræðu og riti á íslensku og ensku.

Náttúrustofa Vestfjarða er rekin skv. lögum um Náttúrufræðistofnun Íslands og náttúrustofur nr. 60/1992 og er stofnunin rekin af sex sveitarfélögum á Vestfjörðum með stuðningi ríkisins. Náttúrustofa Vestfjarða er ein af átta náttúrustofum sem starfa viðsvegar um landið og hafa með sér formlegt samstarf innan SNS, samtökum náttúrustofa.

**Umsóknarfrestur er til 26. ágúst 2019**

Upplýsingar veitir Fridbjörg Matthíasdóttir, [fridbjorg@nave.is](mailto:fridbjorg@nave.is), sími 898 2563

Tekið við umsóknum á [fridbjorg@nave.is](mailto:fridbjorg@nave.is)

## Byrjaðu hjá okkur og breyttu heiminum

■ Tækniskólinn leitar dönskukennara.  
Nánari upplýsingar um hæfniskröfur og starfslýsingu er að finna á vefsíðu Tækniskólans [www.tskoli.is/laus-storf](http://www.tskoli.is/laus-storf)

Tækniskólinn  
skóli atvinnulífsins



## Seltjarnarnesbær Laus störf

### Grunnskóli Seltjarnarness

- **Stuðningsfulltrúa og skólaliða vantar** í hlutastörf frá hausti 2019.

### Frístundamiðstöð Seltjarnarness

- **Tómstundafræðingar, frístundaleiðbeinendur og stuðningsfulltrúar**, fullt starf / hlutastörf með börnum á aldrinum 6-16 ára.
- **Proskapjálfi eða starfsmaður með aðra uppeldisfræðimenntun**, fullt starf / hlutastarf með börnum á aldrinum 6-9 ára.

Nánari upplýsingar um starfið og skil umsóknar má finna á Ráðningarvef Seltjarnarnesbæjar [www.seltjarnarnes.is](http://www.seltjarnarnes.is) – **Störf í boði**

**Umsóknarfrestur er til 20. ágúst næstkomandi.**

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



Jafnlaunaúttekt  
PwC  
2016



SELTJARNARNESBÆR

[seltjarnarnes.is](http://seltjarnarnes.is)



## Heilbrigðisstofnun Norðurlands Akureyri, Yfirhjúkrunarfræðingur svæðis

Heilbrigðisstofnun Norðurlands Akureyri auglýsir laust starf yfirhjúkrunarfræðings svæðis á Heilsugæslunni á Akureyri. Um er að ræða 100% stöðu (dagvinna). Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst eða eftir samkomulagi. Næsti yfirmaður er framkvæmdastjóri hjúkrunar.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Er yfirmaður hjúkrunar á starfsstöð HSN á Akureyri og annarrar stoðstarfsemi samkvæmt skipuriti
- Skipuleggur og stjórnar hjúkrunarþjónustu heilsugæslustöðvarinnar og tekur þátt í klínisku starfi
- Stuðlar að þekkingarþróun í hjúkrun með því að hvetja til rannsókna og nýta rannsóknarniðurstöður
- Tekur þátt í gerð áætlana varðandi rekstur
- Tryggir að rekstur og starfsmannamál séu í samræmi við fjárhagsáætlun
- Tekur þátt í þverfaglegu samstarfi, þróun þjónustu og stjórnun verkefna á starfsstöðinni og þvert á stofnun
- Hefur umsjón með starfsemi heilsugæslustöðvarinnar samkvæmt skipuriti ásamt yfirlækni
- Stuðlar að góðri vinnustaðamenningu

### Hæfnikröfur

- Íslenskt hjúkrunarleyfi og a.m.k. 5 ára starfsreynsla við hjúkrun
- Viðbótarmenntun á sviði heilbrigðisvísinda, viðskiptafræði eða stjórnunar æskileg
- Reynsla af heilsugæsluhjúkrun er æskileg
- Reynsla af stjórnun er æskileg
- Góð tölvukunnátta
- Framúrskarandi samskiptahæfni
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri

### Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga hafa gert. Með umsókn skal fylgja afrit af prófskirteini og íslenskt hjúkrunarleyfi. Sótt er um starfið á heimasíðu stofnunarinnar [www.hsn.is](http://www.hsn.is) (laus störf) eða á [www.starfatorg.is](http://www.starfatorg.is). Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Umsókn fylgi starfsferliskrá og upplýsingar um nám og fyrri störf. Umsækjendur eru auk þess beðnir um að skila kynningarbréfi með rökstuðningi fyrir hæfi og sýn á starfið.

Tóbaksnotkun og notkun á rafsigarettum er ekki heimilud á vinnutíma innan HSN.

Gildi HSN eru: Fagmennska - Samvinna - Virðing • Umsóknarfrestur er til og með 02.09.2019

### Nánari upplýsingar veita

Guðný Friðriksdóttir - [guðnyf@hsn.is](mailto:guðnyf@hsn.is) - 860 7750 • Bryndís Lilja Hallsdóttir - [bryndis.lilja.hallsdottir@hsn.is](mailto:bryndis.lilja.hallsdottir@hsn.is) - 432 4050

## Yfirmaður fasteignasviðs Hörpu

Hús á heimsmælikvarða leitar að framúrskarandi liðsmanni



### Helstu viðfangsefni og ábyrgð

- Daglegur rekstur húsnæðis.
- Áætlanagerð og ábyrgð á kostnaði fasteignasviðs.
- Skipulagning og verkefnastjórnun á framkvæmd viðhalds og fjárfestinga.
- Samningagerð og umsjón með þjónustuaðilum vegna húsnæðis.
- Samskipti og þjónusta við fasta notendur og rekstraraðila í Hörpu.
- Fjölbreytt þróunarverkefni s.s. á umhverfisvænum lausnum í rekstri fasteignarinnar og undirbúningur fyrir samrekstur bílahúss með lóðarhöfum á Hörpusvæðinu.
- Næsti yfirmaður starfsmanna fasteignasviðs.

### Hæfniskröfur

- Að lágmarki 5 ára reynsla af stjórnun og rekstri á sviði fasteigna.
- Háskólamenntun á sviði verkfræði, byggingartæknifræði eða sambærilegra greina.
- Geta til að leiða ábyrgan og hagnæman rekstur fasteignar.
- Yfirgripsmikil þekking á kerfum sem tengjast fasteignausmjón.
- Skipulagshæfni og geta til að fylgja verkefnum eftir.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum og rík þjónustulund.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Að lágmarki þriggja ára reynsla af mannaforráðum.

### Nánari upplýsingar

Viðkomandi þarf að hafa metnað til að ná árangri í rekstri og að viðhalda gæðum sem sæma þeirri einstöku byggingu sem Harpa er. Starfið hentar árangursdrifnum og skipulögðum einstaklingi sem vill takast á við fjölbreyttar áskoranir í starfi.

Umsóknum ásamt stuttu kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir af hverju sótt er um starfið skal skilað til Elínar Gränz mannaússtjóra Hörpu á netfangið [elin@harpa.is](mailto:elin@harpa.is)

Nánari upplýsingar um starfið veitir Svanhildur Konráðsdóttir forstjóri Hörpu á netfangið [svanhildur@harpa.is](mailto:svanhildur@harpa.is)

**Umsóknarfrestur er til og með 23. ágúst**



Reykjavíkurborg  
Skóla- og frístundasvið

## Skólastjóri Fossvogsskóla

### Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir stöðu skólastjóra við Fossvogsskóla lausa til umsóknar.

Fossvogsskóli er hverfisskóli í Blesugrófar- og Fossvogshverfi, stofnaður árið 1971. Í skólanum eru um 340 nemendur í 1.-7. bekk. Skólinn er staðsettur í fallegu umhverfi í Fossvogsdalnum en þaðan eru greiðar göngu- og hjólaleiðir í útivistarperlur borgarinnar, Elliðaárdal og Nauthólsvík. Áhersla er á umhverfis- og lýðheilsuáhrif og hefur skólinn tekið þátt í Grænfánaverkefni frá árinu 2000 og í verkefni um Heilsueflandi skóla. Mikil hjólamenning er í skólanum og nemendur hvattir til að ganga eða hjóla í skólann. Skólinn vinnur í anda uppeldis til ábyrgðar og áhersla er á verk- og listgreinar, útivist og fjölbreytt og sveigjanlegt skólastarf. Mikil áhersla er lögð á teymisvinnu kennara og verið er að innleiða leiðsagnarnám. Einkunnarorð skólans eru **...vertu til að leggja hönd á plóg** ... og vísar til þess að menntun barnanna er samvinnuverkefni alls skólasamfélagsins. Skólinn hefur á að skipa kraftmiklu og áhugasömu starfsfólki, stöðugleiki er í starfsmannahaldi og öflugt foreldrafélag starfar við skólann. Miklar endurbætur hafa farið fram á húsnæði skólans á þessu ári.

Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi sem býr yfir leiðtogaþæfileikum og hefur viðtæka þekkingu á skólastarfi.

#### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Veita skólanum faglega forystu og móta framtíðarstefnu hans innan ramma laga og reglugerða og í samræmi við aðalnámskrá grunnskóla og stefnu Reykjavíkurborgar.
- Stýra og bera ábyrgð á rekstri og daglegri starfsemi skólans.
- Bera ábyrgð á starfsmannamálum, s.s. ráðningum, vinnutilhögun og starfsþróun.
- Bera ábyrgð á samstarfi aðila skólasamfélagsins.

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Leyfi til að nota starfsheitið grunnskólakennari.
- Viðbótarmenntun í stjórnun eða kennslureynsla á grunnskólastigi.
- Reynsla af faglegri forystu á sviði kennslu og þróunar í skólastarfi.
- Stjórnunarþæfileikar.
- Færni í áætlanagerð og fjármálastjórnun.
- Færni til að leita nýrra leiða í skólastarfi og leiða framsækna skólaþróun.
- Lipurð og hæfni í samskiptum.

Umsókn fylgi yfirlit yfir nám og fyrri störf, leyfisbréf til að nota starfsheitið grunnskólakennari, greinargerð um framtíðarsýn umsækjanda á skólastarfið, upplýsingar um framsækin verkefni sem umsækjandi hefur leitt og annað er málið varðar.

Ráðið verður í stöðuna frá og með 1. nóvember 2019. Umsóknarfrestur er til og með 26. ágúst 2019.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ vegna Skólastjórafélags Íslands. Umsækjendur eru beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf).

Nánari upplýsingar veita Soffía Vagnsdóttir, skrifstofustjóri grunnskólahluta fagskrifstofu, og Ragnheiður E. Stefánsdóttir, mannauðsstjóri, sími 411 1111. Netföng: [soffia.vagnsdottir@reykjavik.is](mailto:soffia.vagnsdottir@reykjavik.is) / [ragnheidur.e.stefansdottir@reykjavik.is](mailto:ragnheidur.e.stefansdottir@reykjavik.is)

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



## Vatnajökulsþjóðgarður auglýsir tvær stöður lausar til umsóknar

### Mannvirkja- og gæðafulltrúi

Leitað er að skipulögðum og drífandi einstaklingi í starf mannvirkja- og gæðafulltrúa. Starfsmaðurinn mun hafa umsjón með byggingaframkvæmdum og uppbyggingu innviða auk þess að sinna öryggis- og gæðamálum. Um nýtt starf er að ræða sem heyrir beint undir framkvæmdastjóra Vatnajökulsþjóðgarðs.

### Yfirlandvörður á Breiðamerkursandi

Staðan er heilsársstaða, með aðsetur í Skaftafelli, en vinnan fer að mestu fram á Jökulsárlóni. Staða yfirlandvarðar á Breiðamerkursandi er tilvalin fyrir einstakling sem hefur áhuga á að gera landvörslu að heilsársstarfi. Vinna við deiliskípulag á Jökulsárlóni, og stjórnunar- og verndaráætlun Breiðamerkursands, er í fullum gangi og hefur yfirlandvörður tækifæri á að taka þátt í mótun og skipulagningu á einstakri náttúruferlu Íslands.

### Um Vatnajökulsþjóðgarð

Vatnajökulsþjóðgarður nær yfir allan Vatnajökul og stór svæði í nágrenni hans, þar á meðal þjóðgarðana sem fyrir voru í Skaftafelli og Jökulsárgljúfrum. Hjá Vatnajökulsþjóðgarði starfar samheldinn hópur starfsmanna með fjölbreytta reynslu, sem sinnir margvíslegum verkefnum tengdum náttúruvernd og þjónustu við gesti þjóðgarðsins. Krafturinn á bak við þjóðgarðinn liggur ekki einungis í einstakri náttúru, heldur einnig í kröftugu og ánægðu starfsfólki.

Nánari upplýsingar um stöðurnar má finna á heimasíðu Vatnajökulsþjóðgarðs, <https://www.vatnajokulsthjodgardur.is/> og á Starfatorgi. Umsóknarfrestur er til og með 26. ágúst 2019.

# VERSLUNARSTJÓRI

ÖFLUGUR LIÐSMAÐUR ÓSKAST TIL AÐ TAKA AÐ SÉR  
VERSLUNARSTJÓRN Í ANNARRI AF VERSLUNUM ÚTILÍFS

Starfið felst í stjórnun á líflegum vinnustað þar sem allt byggist á ánægjulegri upplifun allra viðskiptavina. Verslunarstjóri þarf því að vera skipulagður, samviskusamur, heiðarlegur, jákvæður, lipur í mannlegum samskiptum og þjónustulundaður.

#### HÆFNISKRÖFUR:

Tölvukunnátta og menntun sem nýtist í starfinu.  
Reynsla af sölustörfum og stjórnun.  
Áhugi á íþróttum og útivist.

#### UMSÓKNIR OG FRESTUR:

Áhugasamir sendi starfsumsókn ásamt ítarlegri ferilskrá til Harðar Magnússonar, [hordurm@utilif.is](mailto:hordurm@utilif.is), fyrir 21. ágúst 2019.

#### ÚTILÍF ER ÖFLUGT SMÁSÖLUFYRIRTÆKI Á SVIÐI ÍPRÓTTA OG ÚTIVISTAR.

Fyrirtækið rekur í dag tvær stórglæsilegar verslanir á höfuðborgarsvæðinu, í Kringlunni og Smáralind. Útilíf er gæðafyrirtæki þar sem þjónusta við viðskiptavini er í fyrirrúmi.

Við leggjum áherslu á liðsæld í skemmtilegu og eftirsóknarverðu starfsumhverfi þar sem samvinna er lykilatriði.

Hjá Útilíf fá nýir starfsmenn þjálfun til þess að takast á við starf sitt og við veitum þeim grunnþekkingu og fræðslu um vörumerki og deildir fyrirtækisins. Lykillinn að velgengni í starfi hjá Útilíf er framúrskarandi þjónustuhæfileikar og góð mannleg samskipti.

Við leggjum metnað okkar í að mennta starfsfólk á þessum sviðum.

## ÚTILÍF

síðan 1974

KRINGLUNNI · SMÁRALIND

[utilif.is](http://utilif.is)



**Starf þar sem jafnrétti –  
virðing - gleði og faglegur  
metnaður ræður ríkjum**

**Barnaskóli Hjallastefnunnar í Hafnarfirði og Garðabæ óskar eftir deildarstjórum með yfirumsjón á starfi 5 ára barna. Óskað er eftir leikskólakennara eða einstaklingi með sambærilega menntun.**

Við leitum að jákvæðum og lífsglöðum einstaklingum sem eru tilbúnir að tileinka sér starfshætti Hjallastefnunnar af gleði og kærleik. Viðkomandi þarf að sýna sjálfstæði í vinnubrögðum og hafa áhuga á jafnrétti og lýðræði í leikskólastarfi.

Barnaskólarnir bjóða upp á einstaklega gott starfsumhverfi með náttúruna allt í kring. Leikskólakennarar Hjallastefnunnar vinna sér inn styttingu vinnudags og með því er haft að leiðarljósi að aðstoða starfsfólk við að auka lífsgæði sín. Starfsfólk hefur því styttri viðveru með börnum í 100% starfi sem tryggir aukna orku og gleði í starfi með börnum sem og í einkalífi.

Starfsfólk er í fríu fæði allan vinnudaginn og komið er til móts við séróskir um mataræði.

Hafir þú áhuga á að sækja um starfið sendist póstur á eftirfarandi:

Garðabær: lovisalind@hjalli.is

Hafnarfjörður: ingibjorgt@hjalli.is – hildur@hjalli.is



## Framkvæmdastjóri - Samhjálp

**Samhjálp, meðferðar- og hjálparstofnun, auglýsir laust til umsóknar starf framkvæmdastjóra.**

### Helstu verkefni:

- Yfirumsjón með daglegum rekstri.
- Stefnumótun í samráði við stjórn.
- Samskipti við opinbera aðila.
- Hefur eftirlit með og stýrir allri fjáröflun sem framkvæmd er í nafni Samhjálp.
- Starfsmannamál.

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun eða önnur menntun sem nýtist í starfi.
- Leiðtogaþæfni og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Skipulagshæfni.
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi.
- Áreiðanleiki, trúmennska og árangurs- og þjónustumiðað viðhorf.
- Hæfni til að vinna í mörgum verkefnum í einu.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Þekking á áfengis- og vímuefnaeðferð.
- Reynsla af stjórnun.
- Um er að ræða fullt starf.

**Umsóknarfrestur er til og með 19. ágúst.**

Umsókn óskast send á umsokn@samhjalp.is. Henni þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur veittur fyrir hæfi í starfið.

Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Guðfinna Helgadóttir formaður stjórnar sími 897 4935

Samhjálp var stofnað árið 1973. Samhjálp rekur meðferðarheimili í Hlaðgerðarkoti, fimm áfangahús, nytjamarkað, símaver, skrifstofu og kaffistofu fyrir þá sem minna mega sín. Starfsmenn Samhjálp eru 25.

Nánari upplýsingar um Samhjálp má nálgast á [www.samhjalp.is](http://www.samhjalp.is)



## IÐJUPJÁLFI

**Seltjörn hjúkrunarheimili Seltjarnarnesi óskar eftir að ráða iðjupjálfa í 50 til 60% starfshlutfall. Um er að ræða nýtt starf og væri æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.**

Nánari upplýsingar veitir Svanlaug Guðnadóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar í síma 864 4184.

Hægt er að senda inn umsókn á heimasíðu [Sunnuhlíðar, sunnuhlid.is](http://Sunnuhlidar.sunnuhlid.is).



## Forstöðumaður dagdvalar

**Seltjörn hjúkrunarheimili Seltjarnarnesi óskar eftir að ráða forstöðumann dagdvalar frá 1. sept. nk. eða eftir nánara samkomulagi.**

Um nýja starfsemi er að ræða og er fyrirhugað að 25 einstaklingar njóti dagdvalar á hverjum degi þegar starfsemi er komin í fullan gang.

Æskileg menntun er sjúkraliðapróf eða önnur menntun sem nýtist í starfi.

Leitað er að einstaklingi sem hefur gaman að félagsstarfi og vinnu með öldruðum.

Nánari upplýsingar veitir Svanlaug Guðnadóttir í síma 864-4184.

**Umsóknarfrestur er til 31. ágúst.**

Öllum umsóknum svarað.

Sótt er um á heimasíðu [www.sunnuhlid.is](http://www.sunnuhlid.is).

## LÖGFRÆÐINGUR VIÐ REGLUSETNINGAR

► **Leitum að öflugum lögfræðingi með þekkingu á löggjöf á fjármálamarkaði og Evrópurétti**

Um er að ræða starf í hópi reglusetninga á sviði yfirlögfræðings. Sviðið hefur heildaryfirsýn yfir allt regluverk á fjármálamarkaði og yfirumsjón með vinnu Fjármálaeftirlitsins þar að lútandi. Í því felst m.a. undirbúningur löggjafar, mótun reglna, leiðbeinandi tilmæla og viðmiða. Einnig að samræma innleiðingu á EES-gerðum fyrir fjármálamarkaðinn sem felur í sér þátttöku í innlendu og erlendu samstarfi.

Svið yfirlögfræðings hefur, auk reglusetningar, ráðgjafarhlutverk gagnvart stjórn, forstjóra og öðrum sviðum Fjármálaeftirlitsins og annast samskipti við Alþingi, ráðuneyti og stjórnvöld auk þess að hafa fyrirvar vegna dómsmála og annars ágreinings sem Fjármálaeftirlitið er aðili að.

### Starfssvið

- Undirbúningur og setning reglna og leiðbeinandi tilmæla Fjármálaeftirlitsins
- Yfirsýn yfir löggjöf og innleiðingar á EES-gerðum á fjármálamarkaði
- Þátttaka í innlendu og erlendu samstarfi í tengslum við reglusetningar og innleiðingarmál
- Ráðgjöf í tengslum við innleiðingarverkefni innan stofnunar og utan

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Meistara- eða embættispróf í lögfræði
- Þekking á og reynsla af löggjöf á fjármálamarkaði og Evrópurétti
- Reynsla af vinnu við undirbúning löggjafar og stjórnvaldsfyrirmæla
- Reynsla af verkefnastjórnun æskileg
- Lipurð í mannlegum samskiptum og hæfni til að vinna með öðrum
- Frumkvæði, sjálfstæði og metnaður í starfi
- Gott vald á íslensku og ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti

Frekari upplýsingar veita Guðrún Finnborg Þórðardóttir, forstöðumaður reglusetninga ([gudrunf@fme.is](mailto:gudrunf@fme.is)) og Árni Ragnar Stefánsson, mannaútskjóti ([arni@fme.is](mailto:arni@fme.is)).

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Fjármálaeftirlitsins, [www.fme.is](http://www.fme.is) eða á [www.starfatorg.is](http://www.starfatorg.is).

Umsóknarfrestur er til og með 26. ágúst nk. Umsóknum um starfið þarf að fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi til að gegna starfinu rökstudd.



**FJÁRMÁLAEFTIRLITIÐ**  
THE FINANCIAL SUPERVISORY AUTHORITY, ICELAND



# Verkstæðismóttaka

Toyota Kaupúni leitar að metnaðarfullum einstaklingi í framtíðarstarf í Verkstæðismóttöku.

## Starfssvið

- Móttaka viðskiptavina
- Afgreiðsla fyrir verkstæði fyrirtækisins
- Verkbókanir og reikningagerð

## Hæfniskröfur

- Rík þjónustulund
- Skipulagshæfni og frumkvæði
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Vandvirkni og stundvísi

Vikulegar vaktir mán – fös 07:30–18:00, 07:30–16:30 og 09:00–18:00.

Sækið um starfið á vef félagsins [www.toyota.is/storf](http://www.toyota.is/storf) - Nánari upplýsingar veitir Fanný Bjarnadóttir [fanny@toyota.is](mailto:fanny@toyota.is) - Umsóknarfrestur er til og með 19. ágúst 2019. Allar nánari upplýsingar um starfið má finna á ráðningarvefnum.

Toyota Kaupúni  
Kaupúni 6  
Garðabæ  
Sími: 570-5070  
[www.toyotakaupuni.is](http://www.toyotakaupuni.is) [info@toyota.is](mailto:info@toyota.is)

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



**Toyota Kaupúni**



## Laus störf hjá Kópavogsbæ

Hjá leikskólum Kópavogs er óskað eftir aðstoðarleikskólástjórum, leikskólakennurum, deildarstjóra, sérkennurum, þroskþjálfara og matreiðslumanni.

Í grunnskólum Kópavogs er óskað eftir frístunda-leiðbeinendum, sérkennara, forfallakennurum, stuðningsfulltrúa og smíðakennara.

Á velferðarsviði er óskað eftir starfsfólki í stuðningsþjónustu og þroskþjálfara í þjónustu-íbúðir.

Í sundlaugum Kópavogs er óskað eftir starfsmanni í laugarvörslu og móttöku.

Kynntu þér fjölbreytt og spennandi störf á heimasíðu okkar [www.kopavogur.is](http://www.kopavogur.is)



**Kópavogsbær**

[kopavogur.is](http://kopavogur.is)

# Þú finnur draumastarfið á Job.is



Iðnaðarmenn



Heilbrigðisþjónusta



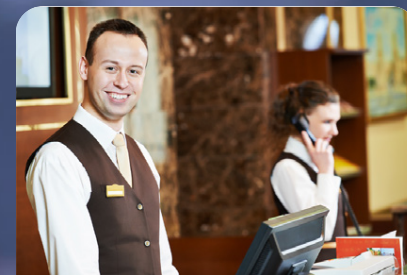
Verslun og þjónusta



Kennsla



Veitingastaðir



Ferðaþjónusta

**GLÆNÝ OG  
FERSK STÖRF  
Í HVERRI VIKU**



**Job.is**



## Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing



**FAST**  
Ráðningar

[lind@fastradningar.is](mailto:lind@fastradningar.is)  
[mjoll@fastradningar.is](mailto:mjoll@fastradningar.is)

[www.fastradningar.is](http://www.fastradningar.is)

Strætó auglýsir eftir:

# SÉRFRÆÐINGI Á MANNAUÐS- OG GÆÐASVIÐI



**Strætó leitar að öflugum einstaklingi með brennandi áhuga á mannaúds- og fræðslumálum.**

**Sérfræðingur á mannaúds- og gæðasviði vinnur náið með mannaúdsteymi og gæðastjóra Strætó að því að efla fræðslu, endurmenntun og forvarnir.**

#### Starfssvið

- Yfirumsjón með allri fræðslu, námskeiðum og endurmenntun starfsmanna og stjórnenda
- Stefnumótun fræðslumála
- Nýliðabjálfun og móttaka nýliða
- Ráðgjöf og stuðningur til starfsmanna og stjórnenda vegna fræðslumála
- Umsjón með Eloomi fræðslukerfi og fræðsluhluta mannaúdskerfis, H3
- Önnur verkefni á mannaúds- og gæðasviði

#### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf og framhaldsmenntun á sviði mannaúds- eða fræðslumála
- Viðtæk reynsla af mannaúds- eða fræðslumálum
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar
- Nákvæm og skipulögð vinnubrögð
- Metnaður og jákvæðni
- Hreint sakavottorð

Vinsamlegast sækid um á [www.radningar.straeto.is](http://www.radningar.straeto.is). Umsóknarfrestur er til og með **24. ágúst 2019**.

Umsókn um starfið þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfi. Við hvetjum karla jafnt sem konur til sækja um.



## Fullt af öflugum sölufólki!

[hagvangur.is](http://hagvangur.is)

**HAGVANGUR**



## Bókhaldstofa

Til sölu er lítil bókhaldstofa sem rekin hefur verið sem einkahlutafélag.

Áhugasamir sendi fyrirspurnir á [atvinna@frettabladid.is](mailto:atvinna@frettabladid.is) fyrir 31. ágúst nk. merkt „Bókhaldstofa“

## Aflamark Byggðastofnunar – boð um samstarf á Flateyri

Byggðastofnun auglýsir eftir samstarfsaðilum um nýtingu á Aflamarki Byggðastofnunar á Flateyri í Ísafjarðarbæ. Um er að ræða 400 þorskígildistonn vegna næstu sex fiskveiðiaára, frá og með fiskveiðiaárinu 2019/2020 að telja. Um úthlutun og ráðstöfun aflamarksins gilda ákvæði reglugerðar nr. 643/2016.

Nánari lýsingu á verkefninu er að finna á vef Byggðastofnunar [www.byggdastofnun.is](http://www.byggdastofnun.is).

Umsóknir skal senda til Byggðastofnunar, á netfangið [postur@byggdastofnun.is](mailto:postur@byggdastofnun.is) fyrir kl. 12:00 fimmtudaginn 30. ágúst 2019.

 **BYGGÐASTOFNUN** [postur@byggdastofnun.is](mailto:postur@byggdastofnun.is)  
Sími: 455 54 00 Fax: 455 54 99 [byggdastofnun.is](http://byggdastofnun.is)

## ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Gufunes 1. áfangi. Gatnagerð og lagning,** útboð nr. 14592.

Nánari upplýsingar er að finna á [www.reykjavik.is/utbod](http://www.reykjavik.is/utbod)

 **Reykjavíkurborg**  
Innkaupaskrifstofa  
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík  
Sími 411 1111  
Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)

## ÚTBOÐ


### ÚTBOÐ Í AUGLÝSINGU HJÁ KÓPAVOGSBÆ

- Vetrarþjónusta göngu- og hjólaleiða 2019-2022. Helstu vegalengdir:  
Svæði A – 31 km  
Svæði 1 – 10 km  
Svæði 2 – 25 km  
Svæði 3 – 23 km  
Svæði 4 – 19 km

- Vetrarþjónusta stofnleiða 2019-2022. Helstu vegalengdir:  
Útkallsflokkur 1 – 57 km  
Útkallsflokkur 2 – 36 km

Nánari upplýsingar á [www.utbodsvetur.is](http://www.utbodsvetur.is) sem er sameiginlegur auglýsingavettvangur opinberra útboða.

Ósk um útboðsgögn skal senda á pósthöfn [utbod@kopavogur.is](mailto:utbod@kopavogur.is)

 **Kópavogsbær**

[kopavogur.is](http://kopavogur.is)

## Veitingarými til leigu



Á besta stað í bænum, við Hverfisgötu 4-6 með útsýni yfir Arnarhól og Hörpuna

Glæsilegt húsnæði fullbúið til veitingareksturs, með fyrsta flokks tækjum.

Allar nánari upplýsingar veittar á netfanginu [ritari.rvk@gmail.com](mailto:ritari.rvk@gmail.com)

## Óskast til leigu

### Geðheilsuteymi HH suður - Leiguhúsnæði

21044 – Ríkiskaup f.h. ríkissjóðs óska eftir að taka á leigu húsnæði fyrir **Geðheilsuteymi HH suður**. Umsjónaraðili er Framkvæmdasýsla ríkisins.

Miðað er við að húsnæðið verði tekið á langtímaleigu til **8 ára**, fullbúið til notkunar, án lauss búnaðar. Gerð er krafa um góða staðsetningu, gott aðgengi þ.m.t. fyrir hreyfihamlaða, hjólandi og gangandi og næg bílastæði. Geðheilsuteymi HH suður er þjónustustofnun fyrir almenning. Geðheilsuteymið er 2. stigs geðheilbrigðisþjónusta á vegum Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins. Lykilþættir í starfsemi teymisins eru að það sé þverfaglegt og í nærumhverfi notenda.

Því skiptir staðsetning húsnæðisins þ.e. miðlægt í þjónustusvæði, í nálægð við helstu stofnbrautir og almenningsgöngur, miklu máli við staðarval. **Teymið sinnir íbúum í eftirfarandi póstnúmerum; 200-203 Kópavogur, 210 Garðabær, 225 Garðabær/Álfanes og 220-222 Hafnarfjörður.**

Húsrýmisþörf stofnunarinnar er áætluð um **420 fermetrar**. Húsnæðið er þjónustuhúsnæði fyrir geðheilbrigðisþjónustu. Æskilegast er að það sé á einni hæð.

Frekari upplýsingar um þær kröfur sem húsnæðið verður að uppfylla verða aðgengilegar í rafræna útboðskerfinu TendSign, á vefslóðinni <https://tendsign.is/> á mánudaginn, **12. ágúst 2019**.

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

Fyrirspurnir varðandi verkefni **Geðheilsuteymi HH suður** skulu sendar rafrænt í gegnum útboðskerfið TendSign og verða svör birt þar.

Fyrirspurnarfrestur rennur út **22. ágúst 2019** en svarfrestur er til og með **26. ágúst 2019**.

Leigutilboðum þar sem fram kemur stærð, ástand og staðsetning húsnæðis, ásamt leiguverði, skal skila rafrænt í útboðskerfinu, eigi síðar en kl. **13:00 fimmtudaginn 29. ágúst 2019**.

Leiga á grundvelli þessarar auglýsingar er undanskilin lögum um opinber innkaup nr. 20/2016, 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 tillöguteikningar
- Fjöldi bílastæða, aðkomu að lóð og byggingu,
- Leiguverð per/m<sup>2</sup> 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](http://www.rikiskaup.is)

**RÍKISKAUP**



## ÚTBOÐ

### Kynningarfundur vegna viðhaldsverkefna á öryggissvæðinu á Keflavíkurflugvelli.

Kynningarfundur þessi er t.d. ætlaður verktakafyrirtækjum og hönnuðum sem áhuga hafa á að taka þátt í verklegum framkvæmdum sem nú er verið að undirbúa útboð á og kostnaðar eru af Bandarískum stjórnvöldum og auglýst voru af Ríkiskaupum í júlí, sjá [utbodsvetur.is](http://utbodsvetur.is)

Verkfræðistofnun Bandaríska hersins í Evrópu, Naval Facilities Engineering Command EUROPE SW ASIA (NAV-FAC EURAFSWA) í samvinnu við utanríkisráðuneytið og Landhelgisgæslu Íslands bjóða verktökum og hönnuðum til kynningarfundar vegna viðhaldsverkefna sem ráðgert er að framkvæma á öryggissvæðinu á Keflavíkurflugvelli. Bent er á að engar skuldbindingar felast í þátttöku og er fjöldi þátttakenda takmarkaður við tvo (2) frá hverju fyrirtæki. Kynningarfundurinn verður haldinn þriðjudaginn 13. ágúst í byggingu 179 á öryggissvæðinu á Keflavíkurflugvelli og hefst hann kl. 12:30. Þátttökutilkynningar, fyrirtæki, nafn, kennitala og símanúmer skulu sendar á: [hns@lhg.is](mailto:hns@lhg.is), [olafura@lhg.is](mailto:olafura@lhg.is) og [veronica.rindge-silv@navy.mil](mailto:veronica.rindge-silv@navy.mil), merkt contractor workshop. Þátttökutilkynningar verða að hafa borist 24 tímum áður en kynningarfundurinn hefst.

The Naval Facilities Engineering Command EUROPE SW ASIA (NAV-FAC EURAFSWA) in cooperation with the Ministry for Foreign Affairs in Iceland and the Icelandic Coast Guard will host contractor workshop on August 13th, 2019 from 12:30 PM GMT to 5:00 PM GMT, at the Security Zone at Keflavik Airport, Iceland (Icelandic Coast Guard), building 179 main meeting room. This workshop is designed to inform and connect leaders in the construction and architecture/engineering industries who seek to team with NAVFAC to provide the best infrastructure solutions to the Navy. This workshop forum provides information you need to potentially work with NAVFAC EURAFSWA. Attendees will hear from NAVFAC leaders in the areas of contract administration, quality, safety, acquisition, engineering, design build, and unified facilities criteria compliance. A focus will be made on Fire Protection and Mechanical disciplines. The forum will also provide interactive discussion with NAVFAC and industry.

Participation in this workshop is voluntary and in no way obligates the Government to award any contracts, or pay any costs associated with such participation. The Point of Contact for information regarding the workshop is Ms. Veronica Rindge-Silvas, 687-2791, [veronica.rindge-silv@navy.mil](mailto:veronica.rindge-silv@navy.mil). The point of contact for access to the Security Zone is the Icelandic Coast Guard Security, [hns@lhg.is](mailto:hns@lhg.is) and [olafura@lhg.is](mailto:olafura@lhg.is). Participation requests must be submitted 24 hrs before the workshop. Please limit participation to two members of your company.

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík  
Sími 530 1400  
[www.rikiskaup.is](http://www.rikiskaup.is)

**RÍKISKAUP**




**Kristján Baldursson**  
 hdl., löggtur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, löggtur leigumíðlari.  
 S: 867-3040

**Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir**  
 Sölufró, Viðskiptafr., löggtur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, leigumíðlari.  
 S: 899-5949

**Bára Danielsdóttir**  
 Skrifstofustjóri  
 S: 693-1837

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

**Garðar Kjartansson**  
 Sölufró  
 S: 853-9779

**Sólveig Regina Þíard**  
 Skjalavinnsla,  
 S: 869-4879

**Styrmir Þór Sævarsson**  
 Sölufró  
 S: 846-6568

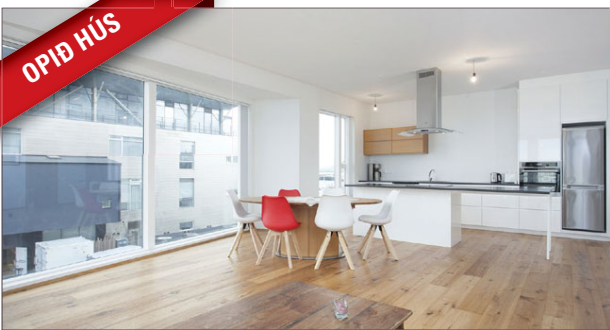
**Jóna Benný Kristjánsdóttir**  
 Lögmaður, löggtur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali.  
 S: 869-8650

**Gunnar Þórisson**  
 Viðskiptafró, Sölufró  
 S: 692-6226

**Einar Örn Guðmundsson**  
 Viðskiptafró, Sölufró  
 S: 823-4969

**Garðar B. Sigurjónsson**  
 Sölufró  
 S: 898-0255

**Guðbjörg Helga Jóhannesdóttir**  
 Viðskiptafró, Sölufró  
 S: 897-7712

**Garðar Hólm**  
 Löggtur fasteignasali  
 S: 899-8811

**OPÍÐ HÚS**
**Mýrargata 26 – 101 Reykjavík**
**OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 12. ÁGÚST KL. 17:30 - 18:00**

 Glæsileg og rúmgóð 155 fm, fimm herbergja íbúð á þriðju hæð með bílastæði í lokaðri bílageymslu. 4 svefnherbergi, þar af glæsileg hjónasvita með sérbaðherbergi. Gólfíðir gluggar gefa íbúðinni mikinn karakter og gera hana einstaklega bjarta. Nánari uppl. veitir Garðar Benedikt í s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: 89,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Erluás 12 – 221 Hafnarfjörður**
**OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 12. ÁGÚST KL. 18:00 - 18:30**

 Rúmgott og bjart 5 herbergja raðhús á tveimur hæðum með bílskúr og fallegu útsýni. Góður afgirtur sólpallur, með útgengt út í gróinn garð. Gluggar á fjóra vegu og stórar svalir yfir öllum bílskúrnum. Eignin hefur hlotið gott viðhald og var verið að klára að skipta um járn á þaki. Nánari uppl. Garðar Hólm í s: 899-8811 gh@trausti.is **Verð: 68,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Rekagrandi 4 – 107 Reykjavík**
**OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 12. ÁGÚST KL. 18:15 - 18:45**

 Góð 2ja herbergja íbúð á fjórðu hæð að Rekagranda 4. Eignin er skráð 51,9 fm og skiptist í rúmgóða stofu, eldhús, svefnherbergi og svalir. Sérgeymsla fylgir eigninni sem ekki er inni í fermetratölu íbúðar en einnig fylgir eigninni bílastæði í lokaðri bílageymslu. Nánari uppl. veitir Garðar Benedikt í s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: 34,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Stigahlíð 16 – 105 Reykjavík**
**OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 13. ÁGÚST KL. 17:00 - 17:30**

 Rúmgóð og björt 3ja herbergja íbúð á 3. hæð á þessum vinsæla og eftirsóttu stað miðsvæðis í Reykjavík. Húsið hefur verið mikið endurnýjað á undanförunum 3 árum. Eignin er skráð alls 83,1 fm og þar af er 7,3 fm geymsla með glugga. Nánari uppl. veita Kristján í s: 867-3040 og Guðbjörg Gerður í s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is **Verð: 39,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Lingprýði 2 – 210 Garðabær**
**OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 13. ÁGÚST KL. 17:30 - 18:00**

 Fallegt einbýlishús á einni hæð á þessum nýja og vinsæla stað í Garðabæ. Eignin skiptist í fjögur svefnherbergi, rúmgóða stofu, snyrtilegt eldhús, baðherbergi, gestasnyrtingu, tvöfaldan bílskúr, geymslu og þvottahús. Gólfhiti er í öllu húsinu. Nánari uppl. veitir Garðar Benedikt í s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: 109,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Helluvað 9 – 110 Reykjavík**
**OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 13. ÁGÚST KL. 17:30 - 18:00**

 Rúmgóð og björt 3ja herbergja íbúð á 2. hæð í góðu lyftuhúsnæði auk bílastæði í bílageymslu. Eignin er skráð alls 96,7 fm þar af er geymsla 7,5 fm. Bílastæði í bílageymslu er ekki inni í fermetratölu eignarinnar. Nánari uppl. veitir Guðbjörg Gerður í s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is **Verð: 42,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Hraunhólar 24 – 210 Garðabær**
**OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 13. ÁGÚST KL. 18:15 - 18:45**

 Glæsilegt og frábærlega staðsett 2ja hæða raðhús. Eignin er alls skráð 300,8 fm. 5 svefnherbergi, innangengt í bílskúr með geymslu, tveir pallar og tvennar svalir sem veita frábært útsýni. Gólfhiti og góð lofthæð á báðum hæðum. Nánari uppl. veitir Garðar Benedikt í s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: Tilboð**

**OPÍÐ HÚS**
**Sólvallagata 54 – 101 Reykjavík**
**OPÍÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 14. ÁGÚST KL. 17:00 - 17:30**

 Vel staðsett, björt og falleg 3ja herbergja 78,3 fm. íbúð á jarðhæð í fjórbýli. Stór og fallegur sameiginlegur garður. Tveir sérinnangangar. Nánari uppl. veitir Styrmir Þór í s: 846-6568 styrmir@trausti.is **Verð: 42,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Skaftahlíð 14 – 105 Reykjavík**
**OPÍÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 14. ÁGÚST KL. 17:30 - 18:00**

 Fimm herbergja íbúð í Hlíðunum í Reykjavík. Falleg eign í fjölbýlishúsi teiknað af Sigvalda Thordarsyni. Laus við kaupsamning. Nánari uppl. veitir Sólveig í s: 869-4879 solveig@trausti.is **Verð: 57,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Bogabraut 952 – Ásbrú**
**OPÍÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 14. ÁGÚST KL. 17:30 - 18:00**

 Glæsilegar 3ja herbergja íbúðir að Bogabraut 952 í Reykjanesbæ. Íbúðirnar eru 89,3 - 97,2 fm og hverri íbúð fylgir geymsla. Íbúðirnar hafa verið endurnýjaðar að öllu leyti en þar má nefna ný gólfefni, nýtt eldhús, nýtt baðherbergi, nýjar hurðar ásamt fleiru. Nánari uppl. veitir Garðar Benedikt í s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: frá 26,5 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Hjarðarhagi 56 – 107 Reykjavík**
**OPÍÐ HÚS FIMMTUDAGINN 15. ÁGÚST KL. 17:30 - 18:00**

 Vel skipulögð 3ja-4ra herbergja 108,5 fm íbúð ásamt 27,7 fm bílskúr. Auka 19,2 fm herbergi er í séreign á efstu hæð með möguleika á út-leigu. Samkomulag er um gæluðyrhald meðal eigenda stigahússins. Nánari uppl. veitir Sólveig í s: 869-4879 solveig@trausti.is **Verð: 56,9 millj.**

**OPÍÐ HÚS**
**Borgartún 28 – 105 Reykjavík**

 Fallegt skrifstofuhúsnæði á einum vinsælasta stað borgarinnar. Um er að ræða austurhluta þriðju hæðar hússins. 7 rúmgóðar skrifstofur, stórt fundarherbergi og stór stofa ásamt sameiginlegri kaffiádstöðu og tvennum baðherbergjum. Nánari uppl. veitir Garðar Benedikt í s: 898-0255 gardarbs@trausti.is **Verð: 89,9 millj.**



## Klyfjasel 20 – 109 Reykjavík

**OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 13. ÁGÚST KL. 17:30 - 18:00**

Glæsilegt, mikið endurnýjað og vandað einbýlishús með aukaíbúð. Húsið stendur efst við rólegan botnlanga þar sem lítil umferð er og stórt opið svæði og falleg náttúra eru við hlið lóðarinnar. Eignin býður upp á mörg skemmtileg tækifæri þar sem t.d. er möguleiki á að byggja aukabyggingu á lóðinni. Eignin er skráð 244,2 fm en stór hluti aukaíbúðar er utan fermetratölu og raunstærð hússins því talin nær 270 fm. Ný gólfefni eru í flestum rýmum hússins. Stór og gróinn garður. Hestastígur er bakvið hús. Aukaíbúð með sérinngangi var klárað í janúar 2019. Húsið var málað að utan sumar 2018. **Verð: 96,9 millj.**



**Kristján Baldursson**  
hdl., löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, löggiltur leigumíðlari.  
S: 867-3040



**Styrmir Þór Sævarsson**  
Aðstoðarmaður fasteignasala, í námi til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasölu.  
S: 846-6568



Trausti fasteignasala • trausti@trausti.is • s.546-5050 • Vegmúla 4 • 108 Reykjavík

**EIGNAMIDLUN**

GRENSÁSVEGUR 11

SÍMI 588 9090

**BREKKUGATA 22-24, 210 GARÐABÆ**



**BÓKIÐ SKOÐUN**

Brekkugata 22-24 eru 200 fm parhús. Húsin eru á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr. Birt flatarmál skv. teikningum er 200,8 fm, þarf af er bílskúr 26 fm. Húsin afhendast á byggingarstigi 4 - fokheld bygging að innan en fullbúið að utan með grófjafnaðri lóð. Afhendist í september. **V. 59,9 m.**

Nánari uppl. Hilmar Þór Hafsteinsson lg.fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidun.is

## Sérfræðingar í ráðningum

FAST ráðningar er öflug ráðninga- og ráðgjafapjónusta sem leggur metnað í að vinna faglega og veita persónulega og góða þjónustu. Vönduð úrvinnsla upplýsinga og góð samskipti við umsækjendur eru lykilatriði. Okkar metnaður er reynsla og menntun, öflugur gagnagrunnur og gott tengslanet.

Við bjóðum uppá:

- Áralanga reynslu
- Öflugan gagnagrunn
- Mjög gott tengslanet
- Þolinmæði og þrautseigju
- Auga fyrir hæfileikum



lind@fastradningar.is  
mjoll@fastradningar.is

**FAST**  
Ráðningar

www.fastradningar.is



Vantar þig starfsfólk?

**HAGVANGUR**

hagvangur.is

**ERTU Í LEIT AÐ  
DRAUMASTARFINU?**



Finndu þitt starf á **Job.is**

FRÉTTABLAÐIÐ IS **Job.is**



OPIÐ HÚS > 12. ágúst 18:00 - 18:30



## Úlfarsbraut 38 og 40

113 REYKJAVÍK

STÆRD: 216,6 fm FJÖLDI HERB: 6

Parhús á góðum stað næst innst í botnlangagötu í Úlfarsádal. Möguleiki á aukaíbúð og hönnun gerir ráð fyrir því. Stórir gluggar, mjög bjart hús. fjögur svefnherbergi, þrjú baðherbergi, stór stofa og eldhús, rúmgóðar svalir, aukin lofthæð, sér fataherbergi ásamt geymslu og 26,5 fm bílskúr. Húsið skilast fullbúið að utan með grófjafnaðri lóð. Að innan rúmlega fokhelt, hiti kominn á hús, rafmagnstafla kominn en eftir að tengja, milliveggir komnir en eftir að einangra og klæða. Búið að taka inn heimtaug.

68.500.000₰

Heyrumst



**Hannes Steindórsson**  
Löggiltur fasteignasali  
Sölustjóri  
› 699 5008  
› [hannes@fastlind.is](mailto:hannes@fastlind.is)

Heyrumst



**Magnús Már Leifsson**  
Löggiltur fasteignasali  
› 699 2010  
› [magnus@fastlind.is](mailto:magnus@fastlind.is)



OPIÐ HÚS > 11. ágúst 14:00 - 14:30



Bókið skoðun



## Smárarimi 59

112 REYKJAVÍK

STÆRD: 180 fm FJÖLDI HERB: 5

Glæsilega bjart og vel skipulagt einbýlishús á einni hæð með mikilli lofthæð á frábærum stað í Grafarvogi með útgengi út á timburvernd með skjólveggjum og heitum potti.

Heyrumst

**Stefán** › 892 9966

87.500.000₰

Löggiltur fasteignasali

## Bæjarlind 5

201 KÓPAVOGUR

STÆRD: 64-240 fm FJÖLDI HERB: 2-4

Húsið er 11 hæðir auk bílageymslu. Útsýnisíbúðir frá 6 hæð. Húsið er allt klætt, ál-tré gluggar, teiknað af Hornsteinum og lýsing hönnuð af Lumex. Öllum íbúðum fylgir svalalokun.

Íbúðunum verður skilað fullbúnum án gólfefna en gólf verða þunnflotuð að undanskilydum votrymum sem verða flísalögð. Öllum íbúðum fylgja innbyggð tæki í eldhúsi: isskápur, uppþottavél, spanhelluborð, ofn og örbylgjuofn að undanskilydum tveggja herbergja íbúðum.

Heyrumst

**Jón** › 777 2288

Verð frá 40,4 M₰

Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS > 13. ágúst 17:30 - 18:00



## Lyngás 1 EF-GH

210 GARÐABÆR

STÆRD: 83-103 fm FJÖLDI HERB: 3-4

Húsið er staðsett í hjarta Garðabæjar. Gengið er inn í íbúðirnar af svalagangi sem er glerlokaður. Íbúðunum er skilað fullfrágangnum án gólfefna, fyrir utan votrymi sem eru flísalögð. Lausar til afhendingar við kaupsamning.

Heyrumst

**Þorsteinn** › 696 0226

45,9 - 56,9 M₰

Löggiltur fasteignasali



Opið hús | Þri. 13. ágúst. frá kl. 18:00-18:30

📍 GUNNARSBRAUT 49 105 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	5 HERBERGI	190.6m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GÓÐ FJÖLSKYLDUEIGN MEÐ BÍLSKÚR	
<b>74.9M</b>	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882	

Opið hús | Mán. 12. ágúst. frá kl. 18:00-18:30

📍 ÖGURÁS 3 210 GARÐABÆR

ÍBÚÐ	4 HERBERGI	113m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	FALLEG ÍBÚÐ MEÐ ÚTSÝNI	
<b>58.9M</b>	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882	

Opið hús | Mán. 12. ágúst. frá kl. 18:00-18:30

📍 HÖRÐALAND 4 108 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	3 HERBERGI	96.3m <sup>2</sup>
<b>VERÐ</b>	FALLEGT ÚTSÝNI	
<b>49.9M</b>	BRANDUR GUNNARSSON 897 1401	

Opið hús | Þri. 13. ágúst. frá kl. 18:00-18:30

📍 ÁLFKONUHVARF 65 ÍBÚÐ 306 203 KÓPAVOGUR

ÍBÚÐ	4 HERBERGI	120.9m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	FRÁBÆR ÍBÚÐ Á EFSTU HÆÐ	
<b>49.9M</b>	GUNNLAUGUR ÞRÁINSSON 844 6447	

Opið hús | Þri. 13. ágúst. frá kl. 17:00-17:30

📍 HRINGBRAUT 81 101 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	3 HERBERGI	83.7m <sup>2</sup>
<b>VERÐ</b>	STUTT Í VERLSUN OG ÞJÓNUSTU	
<b>38.9M</b>	BRANDUR GUNNARSSON 897 1401	

Opið hús | Mán. 12. ágúst. frá kl. 18:00-18:30

📍 BOÐAGRANDI 7 107 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	3 HERBERGI	72.8m <sup>2</sup>
<b>VERÐ</b>	FALLEGT ÚTSÝNI - BÍLAGEYMSLA	
<b>44.9M</b>	BRANDUR GUNNARSSON 897 1401	

Opið hús | Fim. 15. ágúst. frá kl. 17:45-18:15

📍 TRYGGVAGATA 21 - HAFNARTORG 101 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	3 HERBERGI	81.3m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GÓÐ ÞRIGGJA HERBERGJA ÍBÚÐ	
<b>63.9M</b>	ÚLFAR 897 9030 og GUNNLAUGUR 844 6447	

Opið hús | Mið. 14. ágúst. frá kl. 17:45-18:15

📍 NÆFURÁS 12 110 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	2-3 HERBERGI	88m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GÓÐ ÍBÚÐ MEÐ SVÖLUM MEÐ ÚTSÝNI	
<b>37.9M</b>	ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON 897 9030	

Opið hús | Sun. 11. ágúst. frá kl. 14:30-15:00

📍 ÁLFHEIMAR 32 104 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	4-5 HERBERGI	114.1m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	BJÖRT OG RÚMGÓÐ ÍBÚÐ Í LAUGARDALNUM	
<b>48.5M</b>	BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON 660 4777	

BÓKID SKOÐUN

📍 SKIPHOLT 11-13 ÍBÚÐ 404 105 REYKJAVÍK

ÞAKÍBÚÐ	4 HERBERGI	192.2m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GLÆSILEG ÞAKÍBÚÐ MIÐSVÆÐIS	
<b>84.9M</b>	GUNNLAUGUR ÞRÁINSSON 844 6447	

Opið hús | Þri. 13. ágúst. frá kl. 17:45-18:15

📍 JAÐARLEITI 2 103 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	4 HERBERGI	110m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GLÆSILEG ÍBÚÐ Í NÝLEGU LYFTUHÚSI	
<b>64.9M</b>	ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON 897 9030	

Opið hús | Mán. 12. ágúst. frá kl. 17:30-18:00

📍 EYJABAKKI 18 109 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ	4 HERBERGI	112m <sup>2</sup>
<b>VERÐ</b>	ÞRJÚ RÚMGÓÐ HERBERGI	
<b>41.9M</b>	DAVÍÐ ÓLAFSSON 897 1533	



**BÓKID SKOÐUN**

📍 **FROSTAFOLD 14** **112 REYKJAVÍK**

ÍBÚÐ	5 HERBERGI	130m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GLÆSILEG ENDUNÝJUÐ PENTHOUSE ÍBÚÐ	
<b>84.9M</b>	GUNNLAUGUR ÞRÁINSSON 844 6447	

Opið hús | Mán. 12. ágúst. frá kl. 17:00-17:30

📍 **GNÓÐARVOGUR 50** **104 REYKJAVÍK**

SÉRHÆÐ	5 HERBERGI	152m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	MIKIÐ ENDURNÝJUÐ HÆÐ MEÐ BÍLSKÚR	
<b>68.9M</b>	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882	

Opið hús | Þri. 13. ágúst. frá kl. 17:00-17:30

📍 **ÁSVALLAGATA 1** **101 REYKJAVÍK**

SÉRHÆÐ	6 HERBERGI	120.9m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	SJARMERANDI HÆÐ Í FALLEGU HÚSI	
<b>57.5M</b>	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882	

Opið hús | Mið. 14. ágúst. frá kl. 17:00-17:30

📍 **KVISTHAGI 27** **107 REYKJAVÍK**

SÉRHÆÐ	5 HERBERGI	122m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	FALLEG NEÐRI SÉRHÆÐ	
<b>74.9M</b>	ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON 897 9030	

Opið hús | Mán. 12. ágúst. frá kl. 17:30-18:00

📍 **HAMRABYGGÐ 3** **220 HAFNARFJÖRÐUR**

PARHÚS	5 HERBERGI	187.5m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	VEL SKIPULAGT PARHÚS Á TVEIMUR HÆÐUM	
<b>78.9M</b>	BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON 660 4777	

**BÓKID SKOÐUN**

📍 **ÖLDUGATA 9** **101 REYKJAVÍK**

RISHÆÐ	3 HERBERGI	91m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	BJÖRT OG FALLEG ÍBÚÐ	
<b>49.9M</b>	ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON 897 9030	

**BÓKID SKOÐUN**

📍 **ÁSBÚÐ 67** **210 GARÐABÆR**

RAÐHÚS	6 HERBERGI	244m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	FALLEGT RAÐHÚS Á TVEIMUR HÆÐUM	
<b>91.5M</b>	ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON 897 9030	

Opið hús | Mán. 12. ágúst. frá kl. 17:00-17:30

📍 **ÖGURÁS 14** **210 GARÐABÆR**

RAÐHÚS	5-6 HERBERGI	140m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	FALLEGT RAÐHÚS MEÐ STÓRUM PALLI	
<b>76.9M</b>	BRANDUR GUNNARSSON 897 1401	

Opið hús | Sun. 11. ágúst. frá kl. 15:15-15:45

📍 **VÍKURBAKKI 24** **109 REYKJAVÍK**

RAÐHÚS	7 HERBERGI	209.8m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	HÚSIÐ HEFUR VERIÐ ENDURNÝJUÐ TÖLUVERT	
<b>73.5M</b>	BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON 660 4777	

📍 **SOGAVEGUR 156** **108 REYKJAVÍK**

EINBÝLISHÚS	6 HERBERGI	265m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GLÆSILEGT EINBÝLISHÚS Á TVEIMUR HÆÐUM	
<b>96.9M</b>	ÚLFAR 897 9030 og GUNNLAUGUR 844 6447	

Opið hús | Fim. 15. ágúst. frá kl. 17:45-18:15

📍 **BIRKIHLÍÐ 48** **105 REYKJAVÍK**

EINBÝLISHÚS	7 HERBERGI	296.5m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	GLÆSILEGT EINBÝLI MEÐ AUKAÍBÚÐ	
<b>123M</b>	ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON 897 9030	

📍 **ÞINGVAÐ 5** **110 REYKJAVÍK**

EINBÝLISHÚS	4 HERBERGI	230.8m <sup>2</sup>
<b>VERÐ:</b>	EINBÝLISHÚS Á EINNI HÆÐ	
<b>109M</b>	ÚLFAR 897 9030 og GUNNLAUGUR 844 6447	

# RÍKISKAUP

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík | Sími 530 1400 | [www.rikiskaup.is](http://www.rikiskaup.is)

Allar nánari upplýsingar veita starfsmenn Ríkiskaupa í síma 530 1400 eða í gegnum netfangið [fasteignir@rikiskaup.is](mailto:fasteignir@rikiskaup.is)



## ÁSAVEGUR 31, 900 VESTMANNAEYJAR - EINBÝLI



Einbýlishús við Ásaveg 31 í Vestmannaeyjum. Aðalhæð er 128,8 m<sup>2</sup>, ris 39 m<sup>2</sup> og bílskúr 65,5 m<sup>2</sup>, samtals 233,3 fm. Gólfhlötur er meiri, þar sem hluti eignar í risi er undir súð. Gróin lóð, eign í rólegu og barnvænu umhverfi í botnlanga við hraunjaðarinn. Góð eign á vinsælum stað í austurbænum. Eigninni hefur verið vel við haldið, er vel skipulögð með stór og góð rými sem nýttast vel. Góður afgirtur, hellulagður sólpallur suðvestan eignar. Þakfni virðist í góðu lagi, en einhverjir gluggar þarfnast skoðunar. **Verð: 53,5 mkr.**

## VÖLUTEIGUR 6, 270 MOSFELLSBÆR – IÐNAÐARBIL



Húsið, sem er steinsteypt á tveimur hæðum, er byggt árið 1962 sem atvinnuhúsnæði. Neðri hæð skiptist í stórt flísalagt rými. Gert er ráð fyrir gestasalerni. Gluggar niður í gólf að framanverðu. Efri hæð hefur verið stúkuð niður að hluta, útgengt út á svalir að framanverðu. Badherbergi og eldhúsinnrétting er innst í rými. Stórt malbikað bílaplan og athafnasvæði framan við hús. Eignin þarfnast viðhalds og þrifa.

## BAKKAKOT 1, 880 KIRKJUBÆJARK. – JÖRÐ



Jörðin Bakkakot 1, ásamt íbúðarhúsi og fleiri byggingum. Stærð hennar er 458 hektarar, þar af er ræktað land skráð 55,4 hektarar. Um er að ræða bújörð en ekki hefur verið stundaður þar hefðbundinn búskapur um árabíl. Jörðin er flatlend og talin henta vel til ræktunar og akuryrkju. Jörðinni fylgja 226,5 ærgildi. Um 60 km akstursleið frá Vík, um 40 km frá Kirkjubæjarklaustri og um 250 km frá Reykjavík. **Verð: 49,9 mkr.**

## STAÐARFELL, 371 BÚÐARDAL – SKÓLI/GISTIHEIMILI



Um er að ræða fimm byggingar sem hýst hafa starfsemi SÁÁ frá árinu 1980. Öllum byggingunum hefur verið ágætlega við haldið. Náttúrufergurð er mikil og staðsetning er á rólegum og fallegum útsýnisstað til suðurs yfir Hvammsfjörð og Skógarströnd. Staðarfell er í um 30 mínútna aksturjarlægð frá Búðardal og um 2,5 klst. frá Reykjavík. Einstök eign á sögufrægum stað. **Verð: 58 mkr.**

Frekari upplýsingar má finna á heimasíðu Ríkiskaupa, [www.rikiskaup.is](http://www.rikiskaup.is)

## Lautarvegur 38-44

Sölusýning sunnudaginn 11. ágúst frá kl. 14.00-15.00

## Langar þig að búa í Fossvogi?

Við kynnum glæsilegar íbúðir við Lautarveg, skammt frá Ræktunarstöð Reykjavíkur í Fossvogi



Staðsetningin er einstök, á skjólsælum stað þar sem stutt er í alla þjónustu.

- Sér hæðir
- Stærð 115 fm og 136 fm.
- Sér inngangur
- Tvö badherbergi í hverri íbúð
- Aukin lofthæð
- Pakgluggar á efri hæð
- Gólfhiti - ofnakerfi
- Viðhaldsfríir gluggar með öndun
- Vönduð álklaðning



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 777 2882  
[thora@fastborg.is](mailto:thora@fastborg.is)

# BORG

FASTEIGNASALA

Síðumúli 23 • 108 Reykjavík

**ráðum**  
ráðningarstofa

## Parftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.

Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.



**STAKFELL**  
FASTEIGNASALA | 1984

**535-1000**  
BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK

**FÉLAG**  
FASTEIGNASALA  
Þorlákur Ómar Einarsson  
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI



ÞORLÁKUR ÓMAR  
EINARSSON  
Frámkvæmdastjóri  
Löggiltur fasteignasali  
GSM 820 2399



STEFÁN HRAFN  
STEFÁNSSON  
Sölustjóri, Hdl.  
Löggiltur fasteignasali  
GSM 895 2049



SARA MARÍA  
KARLSDÓTTIR  
Fjármálastjóri  
GSM 697 5524



ERLA DRÖFN  
MAGNÚSDÓTTIR  
Lögfræðingur  
Löggiltur fasteignasali  
GSM 692 0149



MATTHILDUR SUNNA  
ÞORLÁKSSDÓTTIR  
Lögfræðingur  
Löggiltur fasteignasali  
GSM 690 4966



ÓLAFUR H.  
GUÐGEIRSSON  
MBA Rekstrarhagfræðingur  
Löggiltur fasteignasali  
GSM 663 2508



KJARTAN ÍSAK  
GUÐMUNDSSON  
B.Sc. Viðskiptafræðingur  
Nemi til lögg. fast.  
GSM 663 4392



## RAUDALÆKUR 105 REYKJAVÍK

Frábærlega staðsett 121,7 fermetra sérhæð á baklóð við Rauðalæk með grænt svæði aftan við húsið. Bjartar stofur með gluggum til suðurs og vesturs og stórum svölum. Rúmgott eldhús með dyrum úr holi og stofu, þrjú herbergi og hjónaherbergi. Eitt herbergið er stúkað af frá stofu en auðvelt er að breyta því aftur og stækka stofuna verulega. Mjög áhugaverð eign á eftirsóttum stað.



NÁNARI UPPLÝSINGAR:

**ÓLAFUR H. GUÐGEIRSSON**  
663 2508 - olafur@stakfell.is



## VALHÚSABRAUT 16 170 SELTJARNARNES

254,7 fm. glæsilegt og vandað einbýlishús á einni hæð. Húsið stendur efst á Valhúshæð sem er útsýnisstaður og útivistasvæði.

Stutt í skóla og alla þjónustu.



NÁNARI UPPLÝSINGAR:

**ÞORLÁKUR Ó. EINARSSON**  
820 2399 - thorlakur@stakfell.is

GRUNNUR AÐ GÓÐU LÍFI





# EIGNAMIÐLUN

GRENSÁSVEGUR 11

GVENDARGEISLI 44, 113 REYKJAVÍK



OPIÐ HÚS

Einstaklega vel skipulögð 138.9 fm 4 - 5 herb. endaíbúð á efstu hæð í vel staðsettu húsi. Sérinnngangur af útitröppum. Vandaðar eikarinnréttingar. 4 rúmgóð herbergi (eitt teiknað sem geymsla en góð gluggastærð). Rúmgóð stofa og góðar suðursvalir með ágætu útsýni. Endastæði í bílageymslu fylgir íbúðinni. Örstutt í grunnskóla og tvo leikskóla. Mjög fjölskylduvænt hverfi og stutt út í náttúruna. **V.56,5m**

**Opið hús miðvikudaginn 14. ágúst milli kl. 17:15 og 17:45**

Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg.fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is



OPIÐ HÚS

ALLT UM

## EDENBYGGÐ

HJÁ OKKUR



Opið hús  
laugardaginn  
17. ágúst  
kl. 14:00-15:00

EDENBYGGÐ er nýtt hverfi sem er að byggjast upp í Hveragerði. 77 nýjar íbúðir, stærð frá 63-79,9 fm.

Verð frá 28,9 millj.

Við hlökkum  
til að sjá þig!



**byr**  
fasteignasala



**Elin Káradóttir**  
Löggildur fasteignasali  
s. 859 5885  
elin@byrfasteign.is



**Gunnar Biering**  
Sölufulltrúi  
s. 823 3300  
gunnar@byrfasteign.is

Byr fasteignasala • Austurmörk 4, 810 Hveragerði • s. 483 5800 • byr@byrfasteign.is

# RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.

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

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

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

# intellecta

# Við notum Probi Mage LP299V® mjólkursýrugerla



Sigríður Rita Ragnarsdóttir

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**

Ég hef notað **Probi Mage LP299V®** mjólkursýrugerla um nokkurt skeið með mjög ápreifanlegum árangri. Meltingin er mun betri og mér líður allri betur, þess vegna hika ég ekki við að mæla með þessari góðu vöru. Sjálf tek ég hana daglega og sleppi ekki degi úr.  
- **Þórunn Kristjónsdóttir**



Þórunn Kristjónsdóttir



Þorbjörg Hafsteinsdóttir

Einkenni eins og niðurgangur, hægðatregða, vindgangur eða uppþemba er ekki eðlilegt ástand til langs tíma og getur verið til marks um ójafnvægi í þarmaflóru okkar. **Þorbjörg Hafsteinsdóttir** næringarþerapisti notar **Probi Mage LP299V®** mjólkursýrugerla fyrir sig og sína.

**Birgir Þórðarson**, leiðsögumaður, teblöndunarmeistari og afi með meiru, veit hvað það skiptir miklu máli að hafa meltinguna í lagi og huga að heilbrigði þarmaflórunnar fyrir heilsuna alla. Hann fann fljótt hvað **Probi Mage LP299V®** gerði honum gott og tekur það inn daglega.



Birgir Þórðarson



Fríða Britt Bergsdóttir

Ég er allt önnur og betri í maganum eftir að ég fór að nota **Probi Mage LP299V®** mjólkursýrugerlana. Ég á þeim að þakka að þeim dögum sem ég finn fyrir ónotum tengdum meltingu hefur fækkað stórlega. Þetta skilar sér hreint út sagt í betri lífsgæðum finnst mér því mér líður almennt allri betur þegar ég tek þetta inn. - **Fríða Britt Bergsdóttir**

Söluhæsta fæðubótarefnið í sínum flokki í Svíþjóð og hefur fengið frábærar móttökur á Íslandi!

Fæst í apótekum, heilsuverslunum, Fjarðarkaup, Melabúðinni, Hagkaup og Heimkaup.

abel heilsuvörur



## Lífrænir og vegan ávaxta- og jurtdrykkir!



abel heilsuvörur

Fæst í Heilsuhúsinu, Hagkaup, Fjarðarkaup, Melabúðinni, Heimkaup og völdum apótekum um land allt.

# Auðvelt að vera vegan í dag

Vegan hátíðin verður haldin á morgun af samtökum grænkeru á Íslandi, á Thorsplani í Hafnarfirði eins og vanalega.

Sólrún Freyja Sen  
solrunfreyja@frettabladid.is



Benjamín Sigurgeirsson, gekk til liðs við samtök grænkeru árið 2017 og er formaður þeirra. „Tilgangur okkar er að veita fræðslu um hvaða ávinningur felst í því að borða frekar plöntur en dýr. Ávinningurinn er allt í senn siðferðislegur, umhverfislegur og heilsufarslegur.“

Stærstu viðburðirnir sem samtökin halda eru Vegan hátíðin og Veganúar sem sífellt fleiri taka þátt í að sögn Benjamíns. „Með því að halda þessa viðburði viljum við vekja almenning til vitundar um þessi mál og auka eftirspurn eftir plöntufæði. Þannig minnkum við samverkandi eftirspurn eftir fæðu sem er unnin úr dýrum eða dýraafurðum.“

## Auðvelt að vera vegan í dag

Benjamín segir að í boði verði alls kyns vegan matur á hátíðinni, bæði heitur og kaldur. Á hátíðinni verða Anamma, Junkyard, Ramen Momo, Restaurant A. Hansen og Murica Iceland með matarvagna. Auk þess verður súrkál, sveppir, kaffi og fæðubótarefni til sölu. „Við höfum oft verið með vegan pylsur í boði og svo verða líka ýmis fyrirtæki að kynna sínar vegan vörur. Yfirleitt höfum við líka boðið listamönnum að koma sem vinna verk sín út frá vegan sjónarmiðum.“ Yllir og Birki, Jurtaætan og Hjartahraun verða með list sína til sýnis og plötusnúðurinn Bróðir Big heldur uppi stemmingunni.

Benjamín telur það mun auðveldara í dag að gerast vegan heldur en fyrir nokkrum árum. „Það er hægt að fá vegan vörur út í búð og vegan rétti á veitingastöðum, svo eru meira að segja komnir nokkrir veitingastaðir á



Benjamín segir það ekki erfitt að tileinka sér vegan lífsstílinn í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Anonymous for the Voiceless stunda friðsamleg mótmæli úti á borgargötum heimsins. NORDICPHOTOS/GETTY



Á hátíðinni eru oftast vegan pylsur í boði.



Súrkál, sveppir, kaffi og fæðubótarefni verða til sölu á hátíðinni.

landið sem eru alfarið vegan. Það gengur ekki lengur fyrir fólk að segja að það sé of erfitt að tileinka sér þennan lífsstíl. Það eru einfaldlega rök sem gilda ekki í dag, allavega ekki hér á Íslandi.“

## Standa fyrir Sannleikskubbum í Reykjavík

Stjórnendur í Samtökum grænkeru á Íslandi verða á hátíðinni með bæklinga og fræðslu. Hópur úr alþjóðlegu hreyfingunni Ano-

nymous for the Voiceless, sem hefur staðið fyrir svokölluðum Sannleikskubbamótmælum hér í Reykjavík, munu koma og fræða hátíðargesti. Mótmæli Anonymous for the Voiceless felast í því að nokkrir úr hreyfingunni standa úti á götu með skjái. Á skjánum eru sýndar myndir af dýrum í verksmiðjubúgörðum og sláturhúsum. „Sjálfur er ég ekki meðlimur í þessum hóp en sumir í stjórn Samtaka grænkeru á Íslandi eru það,“ segir Benjamín. „Þau hafa staðið að þessum mótmælum í hverri einustu viku hátt í tvö ár.“

Vigdís Þórðardóttir er einn skipuleggjandi Anonymous for the Voiceless hér á landi. Hún segir að hreyfingin hafi verið stofnuð í Ástralíu árið 2016 og eigi nú deildir í yfir þúsund borgum um allan heim. Mótmælendur í hreyfingunni fylgja ströngum reglum frá stjórnendum hreyfingarinnar, þeir eru alltaf í svörtum fötum með grímur og mega hvorki vera of fírir eða of margir í einu. „Fólk getur labbað fram hjá okkur ef það vill ekki tala við okkur eða skoða þetta,“ segir Vigdís. Ef einhver stoppar hjá mótmælendum fær viðkomandi fræðslu og hvers kyns spurningum svarað.

## Íslendingar kaldir yfir þessu

Hér í Reykjavík hafa Anonymous for the Voiceless haldið yfir 80 viðburði frá árinu 2017 þegar hreyfingin var stofnuð á Íslandi. Vigdís segir að margir sem stoppa hjá mótmælendum hafi aldrei séð annað eins, en oftast eru það ferðamenn. Vigdís telur marga Íslendinga þekkja úrvinnsluferli kjöts og dýraafurða að allavega einhverju leyti. „Ég myndi halda að fjölmargir Íslendingar þekki þetta. Þeir eru flestir frekar kaldir yfir þessu.“ Sjálf var hún í sveit og hefur komið í sláturhús þannig að hún þekkir það ferli vel sem kjöt fer í gegnum áður en því er pakkað snyrtilega í plastumbúdir. „Hvort manni finnst þetta ferli ógeðslegt eða ekki fer algjörlega eftir einstaklingnum.“

Vigdís segir að Anonymous for the Voiceless stundi alltaf friðsamleg mótmæli. „Þessi samtök stunda engar truflanir. Það eru mjög stífar reglur um hvernig mótmæli á þeirra vegum fara fram. Mótmælin eru mjög friðsamleg og mild. Það eru engin læti eða neitt.“ Á Vegan hátíðinni verða Anonymous for the Voiceless með fræðslubás um hreyfinguna og málefni sem hún stendur fyrir.

## MAGNESÍUM frá BetterYou

Getur verið slakandi, dregið úr krömpum og fótapirringi ásamt því að bæta svefn.



Olíuúði

Fæst í apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaða.

Fyrir alla sem finna fyrir eymslum og þreytu í vöðvum.



Olíuúði

Fyrir íþróttafólk og þá sem stunda mikla hreyfingu. Flýtir endurheimt vöðva.



Olíuúði

Fyrir svefninn. Stuðlar að meiri ró og hefur reynst vel við fótáæirð.



Gel

Fyrir þreytta og auma vöðva. Hátt magnesíum innihald og hröð upptaka.

## Bílar & Farartæki

## Bíla & FerðavagnaMarkaður



Til sölu Plymouth special deluxe árg 1948 nýtt lakk, nýuppt. vél ek 100p m eðal fornbiil í góðu standi. Lækkad verð 1.950 þús. raðn. 122646

**Ferðavagnamarkaður**  
Breiðhöfða í húsn. Bilalindar,  
Sími: 659 2452  
Sérhæfum okkur í ferðavögnum.  
www.ferdavagnamarkadur.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.

**Bilauppbod - Krókur**  
Sími: 522 4610  
www.bilauppbod.is



**SUZUKI FJÓRHJÓL.** Fjórhjólín eru með power stýri, 100% driflæsingu. Létt, lípur, meðfærileg í notkun og eyða auk þess afar litlu eldsneyti.

**SUZUKI**  
Skeifunni 17, 108 Reykjavík  
Sími: 568 5100  
suzukisport@suzuki.is  
Suzuki.is

## Bílar til sölu



Til sölu M.Bens C-280 V6 árgerð 1997 ekinn 239 þús. í góðu lagi og ný skoðaður. Verðhugmynd 350 þús. Upplýsingar í síma 892-8825.

Ford Focus árg. 04. Ek: 141þ.km. Skipt um tímareim í 100þ. Smá ryð. Góður bíll á góðum dekkjum. Tilboð óskast. Staðgreiðsla. S: 611-3868 Bjarni.

## Bílar óskast

### VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?

Kaupi bíla 25-350þús  
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

## Vörubílar



## VAGNASMIÐJAN AUGLÝSIR:

Eigum nú á lager okkar grimmsterku skúffur úr Hardox 450 stáli, bæði á 4ra öxla bíla og trailer vagna. Gott verð. Getum einnig afgreitt samskonar palla, með sturtgrind, tjakk og öllu, tilbúna að setja á bæði notaða og nýja 3ja og 4ra öxla bíla á grind. Gerum líka við palla.

Vagnasmiðjan Eldshöfða 21 R.vík  
s. 894-6000.

## Bátar



## BÁTUR, MÓTOR OG KERRA.

Selva 4,5m langur, 15hp fjörgengismotor og kerra. Mjög flottur, nýr bátur. Verð kr.900þús. S:897-3464

## Hjólbarðar



## TECHKING VINNUVÉLADEKK

Vorum að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéladekkjum frá Techking Búkolludekk-hjólaskófludekk Ofi. Ýmsar algengar stærðir. O.K.Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist á okspares@simnet.is

## Varahlutir



## Altenatorar & Startarar



ljosboginn@ljusboginn.is  
s. 553-1244

Vissir þú að... Barnaheill  
holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga rétt á

## Þjónusta

## Pípulagnir

## PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA

Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.  
Upplýsingar í síma 868-2055

## Hreingerningar

## Hreinsun á:

- sófasettum • stólum
- dýnum • rúmum
- allar gerðir af mottum
- mygluprifum
- ozonhreinsum
- lygtareyðingum



Við erum á facebook  
Eldshöfði 8, 110 Rvk. S: 577-5000

**VY-ÞRIF EHF.**  
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

## Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

## Garðyrkja

## SMÁVÉLAVIÐGERÐIR



Smávélaviðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorfl, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmiði, Gokart þjónusta, keðjusagur, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Hef opnað læknaströfufu sem sérfræðingur í háls-, nef- og eyrnalækningum í Klíníkinni í Ármúla.

Tímabókanir í síma 519 7000 og mottaka@klinikin.is. Einnig er hægt að bóka tíma í gegnum Heilsuvera.is.

Nánari upplýsingar á www.klinikin.is



Emil Árni Vilbergsson  
KLÍNÍKIN ÁRMÚLA



Það er alltaf rétti tíminn að eignast vandaðan heitan pott á hagstæðu verði.

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA Í YFIR 30 ÁR

# NormX hitaveitupottar

Við hjá NormX höfum framleitt heita potta fyrir íslenskar aðstæður í yfir 30 ár. Við bjóðum fjölda gerða og lita ásamt öllu því sem tilheyrir til að koma sér upp glæsilegum heitum potti á verði sem kemur skemmtilega á óvart.

Við seljum lok á alla okkar potta.



Snorraug

Gvendarlaug

Grettislaug

Unnarlaug

Geirslaug



Auðbrekku 6 · Kópavogi · Sími 565 8899 · www.normx.is

**Lárlkot ehf**

Sandur, mold og jarðvinna.  
Mætum og gerum tilboð.  
Uppl. í s. 892 2257  
Geymið auglýsinguna.

**HELLULAGNIR****LÓÐAFRAMKVÆMDIR**

- Jarðvinna
- Drenlagir
- Hellulagnir
- Þökulagnir

☎ 788 8870  
eind@eind.is

*Eind ehf*

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga, klippingar og umhíru á gördum. Uppl. í s. 616 1569.

**Málarar**

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

**Búslóðaflutningar**

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafi., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningabj. Mikael's. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

**Húsviðhald****FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK**

Ásamt öllum almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994



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

**HÚSAVIÐGERÐIR****ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI**

- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870  
eind@eind.is

*Eind ehf*

**Spádómar**

**SPÁSÍMINN 9086116.**

Ástir, Fjármál, Heilsa. Opið alla daga.

**Keypt & Selt****Til sölu**

Kassaragitarar í úrvali Gitarinn ehf Kassaragitarar á tilboði Rafmagnsgitarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

**HITAVEITU-SKELJAR****HEITIRPOTTAR.IS**

HÖFÐABAKKA 1  
SÍMI 777 2000

Til sölu stórt eldhúsbord, isskápur og borðstofuskápur. Selst ódyrt ef selst strax. Má koma og sækja uppl. s: 843-6599.

**Skólar & Námskeið****Námskeið****ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN & DANISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA**

Levels/Stig: 1 - 6: Start/Byrja: 19/8, 16/9, 14/10, 11/11, 9/12. 2020: 13/1, 10/2, 8/3, 6/4, 4/5. 4 weeks/vikur x 5 days/daga. 2-4 students/nem. AM & PM/fh & eh. Price/Verð: 49.500.- 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. 8981175/5571155

**Ökukennsla**

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

**Barnavörur****SYSTKINA VAGN/KERRA**

Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

**Húsnæði****Húsnæði í boði**

Til leigu ca 70 fm 3ja herb efri hæð í kópavogi frá 15. ágúst. Langtímaleiga. Uppl. s:899-4941

**Geymsluhúsnæði**

**GEYMSLUR.IS**  
SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

**Atvinna****Atvinna í boði**

Öskum eftir vönum vörubilstjórnum og grófumönnnum. Uppl. í s. 869 4162 milli kl. 08:00 - 19:00 Snorri.

Help needed on Restaurant, CV send on magnusingi@gmail.com

**Atvinna óskast**

Getum bætt við okkur verkefnum, öllum málningarvinna. Áratuga reynsla. Einar S: 832-6017. Tölvup. malarinnmikli@gmail.com

Ábendingahnaðinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



**Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það**

Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - [gluggagerdin@gluggagerdin.is](mailto:gluggagerdin@gluggagerdin.is)



Síðumúli 13 - 108 Reykjavík - S. 577 5500 - [ibudaeignir.is](http://ibudaeignir.is)

**Halldór Már Sværissón**

Viðskiptafræðingur  
Löggiltur fasteignasali  
Löggiltur leigumálar  
898 5599

[halldor@ibudaeignir.is](mailto:halldor@ibudaeignir.is)

**KIRKJUSANDUR 1 - 93,6 FM ÍBÚÐ Á 2. HÆÐ**

**Til sölu glæsileg 3ja herbergja 93,6 fm íbúð á 2. hæð við Kirkjusand 1 í 105 Reykjavík með fallegu útsýni yfir sjóinn.**

Komið er inn í lokað sameiginlegt fremra anddyri. Forstofa með góðum skápum úr maghonyvíð. Gengið inn í bjart og fallett alrými sem saman stendur af eldhúsi, borðstofu og stofu.

Eldhúsið er opið og bjart með vandaðri maghonyinnréttingu, ljósum flísum og borðplötu, ofn í vinnuhæð, flísar á milli efri og neðri skápa. Fallett útsýni er frá eldhúsi með opnalegum rennanlegum gluggum. Hjóna-herbergi og auka svefnherbergi með skápum.

Baðherbergi er vandað með sturtuklefa með nuddi. Þvottahús er innan íbúðar. Sérgeymsla og sameiginleg hjólageymsla, sameiginleg líkamsræktarstöð. Stæði í bílageymslu.

Með eigninni fylgir hluti í séreign sem er í eigu húsfélagsins sem er húsvaðaríbúð, svo og rými sem er leigt út fyrir snyrtistofu og fara leigutekjur upp í hússjóð. Mjög stór lóð er í kringum húsnæðið, þar er m.a. þúttvöllur. Húsvörður er í húsinu. Falleg og vönduð eign á góðum stað í Reykjavík. **Verð 57,9 millj.**

**Allar nánari upplýsingar veita á og utan opnunartíma:**

**Halldór Már, löggiltur fasteignasali í síma 898-5599 eða [halldor@ibudaeignir.is](mailto:halldor@ibudaeignir.is)**

**Þjónustuauglýsingar**

Sími 550 5055

**Ferðapjónustuhús**

Vönduð hús sem henta vel í ferðapjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. [reisum@simnet.is](mailto:reisum@simnet.is) eða í síma 899 0913 Fríða [www.reisum.is](http://www.reisum.is)

**LOK Á HEITA POTTA**

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.

Metum ástand og gerum við.

[www.fjardarbolstrun.is](http://www.fjardarbolstrun.is)

Fjardarbolstrun S. 561 4188 • 840 0339 • [fjardarbolstrun@gmail.com](mailto:fjardarbolstrun@gmail.com)

**Dáleiðsla**

Hætta að reykja, betri svefn, léttast/þyngjast, og láta sér líða betur á margan annan máta.

Ingibjörg Bernhöft hjúkrunarfr. og dáleiðslukennari

s. 864 2627 • [bernhof@gmail.com](mailto:bernhof@gmail.com)

[www.bernhof.is](http://www.bernhof.is)

**Geymsluskúrar /gestahús til sölu**

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

Nánari uppl.; [reisum@simnet.is](mailto:reisum@simnet.is) eða s. 899 0913 Fríða, [www.reisum.is](http://www.reisum.is)

**viftur.is**

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

**íshúsið**

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur



*Snyrti & Nuddstofan Smart*  
Kirkjulundi 19 - 210 Garðabæ

- ▶ Andlitsbað, litun og plokkun
- ▶ Tilboð 9.500.-
- ▶ Meðferð tekur 60 mín

Verið hjartanlega velkomin.  
Tímabantanir í s. 789 3031 • [snyrtiognuddstofansmart@gmail.com](mailto:snyrtiognuddstofansmart@gmail.com) og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart



Alla fimmtudaga og laugardaga

[gudruninga@frettabladid.is](mailto:gudruninga@frettabladid.is)

# BYRJADU DAGINN MEÐ FRÉTTABLAÐINU

Sæktu Fréttablaðs appið og lestu Fréttablað dagsins í snjalltækinu þínu,  
hvar og hvenær sem er!



• Þú sækir appið frítt í Appstore eða Googleplay.

• Opnar blað dagsins.

• Lest þegar þér hentar!

EKKI MISSA AF NEINU,  
FYLGU FRÉTTABLAÐINU  
Á FACEBOOK.

Download on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play

Kristlín Dís  
Ingilínardóttir  
kristlin@frettabladid.is



**A**ð fæða og grípa mitt eigið barn á mínum forsendum er það magnaðasta sem ég hef gert," segir Ronja Mogensen, 22 ára myndlistarkona, sem eignaðist aðra dóttur sína með Klemens Hannigan, söngvara hljómsveitarinnar Hatara, á heimili þeirra í miðbænum þann 24. júní. Við heima-fæðingu eldri dóttur þeirra, Valkyrju, sendu ljósmæður Ronju á sjúkrahús til að fæða. Í kjölfarið tók hún þá ákvörðun að hún vildi fæða barn sitt á eigin spýtur til að forðast óþarfa inngríp frá heilbrigðiskerfinu.

„Þegar þú ert að fæða ertu berskjölduð, bæði líkamlega og andlega, og ert svo ótrúlega opin og hrá að þegar einhverjir koma inn í þitt rými þá hafa þeirra skoðanir og ótti áhrif á þína reynslu og upplifun.“

Ronja vildi hafa fullkomið vald yfir eigin aðstæðum og Klemens var því sá eini sem var viðstaddur fæðinguna.



#### ÉG TREYSTI LÍKAMA

#### MÍNUM OG ÉG TREYSTI

#### KONUM TIL AÐ VITA HVAD

#### ER ÞEIM OG BÖRNUNUM

#### ÞEIRRA FYRIR BESTU.

#### Ekki læknisfræðilegur viðburður

„Þú þarft ekki að vita eða læra neitt til þess að fæða barn. Líkami þinn veit hvernig hann á að gera það, alveg eins og hann vissi hvernig hann átti að búa barnið til. Ég treysti líkama mínum og ég treysti konum til að vita hvað er þeim og börnunum þeirra fyrir bestu. Konur hafa þróast í milljónir ára til að geta fætt börnin sín og lifað það af. Fæðingar eru ekki læknisfræðilegur viðburður.“

Ósk Ronju um rómantíska laugarfæðingu eftir að hún gekk með eldri dóttur sína réttist ekki. „Ég var með yndislegar heimaljósmæður en mér varð strax ljóst að þær stjórnuðu aðstæðunum.“ Þegar liða fór á fæðinguna vildu ljósmæðurnar fara með hana upp á sjúkrahús. „Ég skildi þetta ekki, þetta var erfiðisvinna en mér leið ekkert illa, en um leið og ég heyrði þær segja þetta sannfærðist ég um að það hlyti að vera eitthvað að og að ég væri að skynja líkama minn vitlaust.“

Á endanum eignaðist Ronja Valkyrju á sjúkrahúsi. „Ég fékk mænu-deyfinu sem var svo sterk að ég þurfti að biða þar til hún rann af mér til að geta fætt.“ Fæðingin var að hennar sögn ekki slæm en skildi eftir óbragð í munnum. „Mér leið svo ótrúlega undarlega af því að fyrir fæðinguna hafði ég verið svo ótrúlega örugg en missti síðan allt traust á sjálfri mér og streittist gegn því sem var að gerast í líkama mínum með því að samþykkja að fara á spítala.“

Ákveðin fæðingarþráhyggja hel-tók Ronju eftir að Valkyrja kom í heiminn og sankaði hún að sér öllu efni sem hún komst í um fæðingar. Eftir heilmikla rannsóknarvinnu fékk hún ákveðna hugljómun. „Ég rakst á fæðingarsögu frá konu, sem var fyrrverandi ljósmóðir og hafði fætt öll sín börn sjálf, bara heima með mannum sínum.“

Þetta var vendipunktur í lífi Ronju. „Það talar enginn um að þú getir gert þetta sjálf en um leið og ég heyrði þetta þá var það svo ➔



Fæðing eldri dóttur Ronju var að hennar sögn mun erfiðari. „Mér leið mér eins og það væri verið að biðja mig um að kúka á mig fyrir framan þúsund manns. Fyrir mér var mun einfaldari lausn að gera þetta sjálf heima hjá mér,“ segir Ronja Mogensen um heima-fæðingu dóttur sinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

# Tók á móti eigin barni í baðkarinu heima

**Ronja Mogensen** tók þá ákvörðun að eignast dóttur sína ein og óstudd á heimili sínu í miðbænum. Hún segir fæðingar vera náttúrulegan viðburð og vildi sjálf forðast óþarfa inngríp af hendi heilbrigðisstarfsfólks. Mikilvægast finnst Ronju að konur fái sjálfar að velja þær aðstæður sem þeim líður best í til að fæða börnin sín, sama hvar það er.

Kolefnisjafnaðu eldsneytisviðskiptin með Olís

# VIÐ GREIÐUM HELMING Á MÓTI ÞÉR

Pictor/WVA / SFA



Skráðu þig á [olis.is](https://olis.is)



+



=



Lykil- og korthafar gefa  
eftir 2 krónur af afslætti

Olís greiðir  
2 krónur á móti

4 krónur af hverjum lítra  
fara til Landgræðslunnar



Olís – í samstarfi við Landgræðsluna

Landgræðslan vinnur að fjölbreyttum verkefnum á sviði kolefnis-  
bindingar – uppgræðslu lands, skógrækt og endurheimt votlendis.





➔ augljóst, auðvitað get ég það.“ Þegar hún varð aftur ólétt kom því enginn annar valkostur til greina.

#### Ótti umlykur fæðingar

„Það tók sinn tíma að þora að viðurkenna fyrir sjálfri mér og öðrum í kringum mig að ég ætlaði að gera þetta vegna óttans sem umlykur fæðingar í samfélaginu.“ Fyrstu viðbrögð aðstandenda sem fengu að vita að hverju Ronja stefndi voru oftast ekki að spyrja hvort þetta væri löglegt.

„Ég sagði fáum frá, af því að ég vissi að þetta myndi mæta mikilli andstöðu.“ Klemens var strax sáttur við þetta en eftir að Ronja slysaðist til að segja foreldrum sínum frá urðu þau heldur óttaslegin. „Þau áttuðu sig á því að mér yrði ekki hnikað enda var þetta endanlega mín ákvörðun, minn líkami og mitt ferli.“

Ég hafði fulla trú á því að þetta væri öruggasta leiðin til að fæða barnið mitt. Ekkert benti til þess að ég myndi ekki eiga heilbrigða og eðlilega fæðingu.“ Í langflestum tilvikum þar sem konur fá að fæða ótruflaðar gengur allt upp, að sögn Ronju. „Enginn getur vitað betur hvað er að gerast í líkama mínum en ég sjálf.“

Auðvitað geri ég mér grein fyrir að í örfáum tilvikum ganga fæðingar ekki eins og náttúran ætlaði og í þeim tilvikum er ég óendanlega þakklát fyrir vestrænar lækningar. En ég veit líka að óþarfa inngríp af hendi heilbrigðisstarfsfólks eru sorglega algeng, og ég vildi gera allt sem ég gat til að forðast slík inngríp.“

Inngrip séu því miður reglan en ekki undantekningin í kerfinu og telur Ronja það vera eina af helstu ástæðum þess að margar konur eigi slæma fæðingarreynslu. Ronja tekur dæmi um að algengt sé að athuga útvíkkun á leghálsi kvenna.

„Þú getur farið frá einum í útvíkkun upp í tíu á hálf tíma eða þú getur verið í tíu og farið aftur niður í sex. Það er því alger óþarfi að hendir séu settar svo oft upp í leggöngin á konu þegar það segir ekkert til um hvort fæðingin muni taka 20 tíma eða 20 mínútur.“ Ronja segir fjölmörg dæmi vera um annars konar inngríp sem eigi það sameiginlegt að konur fái ekki að fæða á sínum eigin tíma.

Það gaf því augaleið að Ronja treysti sjálfri sér best í fæðingunni. „Ef svo ólíklega vildi til að ég þyrfti virkilega á hjálp að halda hefði þurft að kalla á sjúkrahúsið hvort sem ljósmóðir væri til staðar eða ekki.“

#### Hversdagsleg fæðing

Allt lá því fyrir daginn sem yngri dóttirin, Aþena, fæddist. Dagurinn byrjaði snemma, Ronju leið örlítið skringilega svo hún ákvað að drekka morgunteið sitt í rigningunni úti í garði. Hún hugsaði aðeins um lifið og tilveruna þar til hún heyrði að eldri dóttir hennar var vöknud. „Þá fór ég inn og vakti Klemens og sagði honum að það væri líklegast að koma barn í dag. Hann stökk upp eins og ég væri að biðja hann um að grípa barnið,“ segir Ronja hlæjandi.

Hún hélt að þetta myndi líklega ekki gerast fyrr en um kvöldið og leyfði deginum því að ganga sinn vanangang. „Það sem ég óttaðist mest þegar ég fór inn í þetta var að ég heldi að ég ætti klukkutíma eftir þegar ég ætti tuttugu tíma eftir svo að ég var mjög ákveðin í að halda áfram með daginn.“ Ronja byrjaði að brjóta saman þvott en komst fljótt að því að hún átti erfitt með einbeitingu. „Ég fattaði allt í einu að allur þvotturinn sem ég var að brjóta saman var ekki brotinn saman.“

Fljótlega fór Ronja að finna fyrir verkjum en þar sem hún var viss



### HJÚKRUNARFRÆÐINGUR- INN SEM SVARAÐI SÍM- ANUM VAR GAPANDI YFIR ÞESSUM UPPLÝSINGUM OG SAGÐI MÉR AÐ HRINGJA Á SLÖKKVILIÐIÐ.

um að hún ætti langa fæðingu fram undan ákvað hún að fara í bað. „Klemens spurði hvort hann ætti að vera með mér en ég fann bara að hann fór mjög mikið í taugarnar á mér þannig að ég bað hann um að vera frammi og setja í uppþvottavélina.“ Ronja segir Klemens hafa verið yndislegan í gegnum ferlið. „Eina beina hlutverkið sem hann hafði var samt bara að ef mér væri að blæða út þá myndi hann hringja á sjúkrahúsið,“ bætir hún kímni við.

Hún tekur fram að þrátt fyrir verki hafi hún aldrei beinlínis fundið fyrir sársauka. „Ég lá bara í baðinu þar sem tíminn leið mjög skringilega og allt í einu fann ég þörfina fyrir að rembast.“ Ronja segir að það hafa verið í fyrsta og eina skiptið sem hún örvænti í fæðingunni. „Ég trúði ekki að ég væri komin svona langt, ég var alltaf að biðja eftir staðnum þar sem mig myndi langa til að drepa mig, það er þannig sem flestar konur lýsa fæðingu og þannig sem mér hafði líðið þegar ég fæddi eldri dóttur mína.“

#### Fæddist í baðkarinu

Örvænting varð ekki lengi. „Lík-

aminn er svo ótrúlegur að maður þarf ekki að gera neitt, líkaminn byrjaði að ýta barninu út og ég reyndi bara að halda mér í, það var það eina sem maður gat gert, bara sleppa algerlega takinu.“

Ronja kallaði í Klemens og eftir tvær hríðir í viðbót birtist höfuð Aþenu í vatninu. „Ég man eftir að ég fann hvað hún var með ótrúlega mikið hár og ég fann lítið eyra, og litinn munn og ég fann að munnurinn opnaðist þegar ég snerti hann.“ Eftir að hún hafði rembst einu sinni í viðbót fæddist lítil fjólublá stúlka sem öskraði af lifs og sálar kröftum. „Klemens tók nokkrar myndir og svo fórum við bara upp í rúm og við hringdum í foreldra okkar.“

Fylgjan kom stuttu seinna í rúmið. „Ég ætlaði að vera með soðin skæri til hliðar til að klippa naflastrenginn en við vorum ekki búin að gera það þannig að við settum bara fylgjuna í skál og geymdum hana.“ Fylgjan biður nú eftir hlutverki í frystinum hjá þeim hjúum. „Mér fannst eitthvað svo hræðilegt að henda líffærinu sem var búid að halda lifi í barninu mínu í ruslið með heimilísúrganginum,“ segir Ronja sem býst við grafa fylgjuna einn daginn.

Ronja og Klemens höfðu ekki látið neinn vita að hún væri farin af stað af hræðslu við að aðstandendur myndu fórná höndum og hringja í sjúkrahúsið. „Það var reyndar svolítið myndið að bara svona korteri áður en Aþena fæddist þá talaði ég við systur mína í símann og sannfærði hana um það væri ekkert í gangi.“

#### Sagt að hringja á slökkviliðið

Eftir að Aþena fæddist var hringt upp á Landspítala til að tilkynna að hún væri fædd og fá heimaþjónustu. „Hjúkrunarfræðingurinn sem svaraði símanum var gapandi yfir þessum upplýsingum og sagði mér

að hringja á slökkviliðið.“

Ronja sá enga ástæðu til að bjóða slökkviliðinu í heimsókn en fékk heimaljósmóður til að lita til sín og Aþenu og staðfesta að allt væri eins og það ætti að vera.

„Þetta sannaði fyrir mér það sem ég vissi en átti eftir að upplifa sjálf, að líkami minn vissi hvernig ætti að búa til barn og gæti klárað það ferli með því að fæða það.“

Viðbrögð fólks hafa ekki látið á sér standa. „Ég fæ oft að heyra hvað ég sé ótrúlega hugröck að hafa gert þetta.“ Ronju finnst meira hugrekki að leggja traust sitt á aðra og fæða í aðstæðum sem ekki er hægt að hafa stjórn á. „Þegar ég var uppi á spítala leið mér eins og það væri verið að biðja mig um að kúka á mig fyrir framan þúsund manns. Mér finnst ótrúlegt að ég hafi getað fætt Valkyrju í aðstæðum þar sem mér leið svona óþægilega.“

#### Ekki róttækt heldur sjálfsgagt

Ronja furðar sig á því að það þyki róttækt að fæða barn sitt ein og líður eins og margir haldi að hún hafi gert þetta af hroka og vanþekkingu. „Fyrir mér var þetta bara mun einfaldari og hentugri lausn.“ Mikilvægast finnst Ronju vera að konur fái að velja þær aðstæður sem þeim líður vel í. „Hvort sem það er inni á spítala, fæðingarheimili eða ein inni á klósetti þá er það frábært svo lengi sem konur fá að velja það sjálfar.“

Hún segir fæðingarreynslu sína hafa verið dásamlega og hefði jafnvel viljað að hún hefði varað lengur. „Ég er nánast þínu svekkt yfir að þetta hafi ekki tekið lengri tíma vegna þess að þetta voru bara þrjár, fjórir tímar, í heildina.“ Þó hafi fæðingin verið fullkomin á sinn hátt. „Þetta var bara eins hversdagslegt og það gat orðið, akkúrat eins og það átti að vera, bara partur af lifinu.“

## ÚTSALAN ER HAFIN ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR



BURBANK TUNGUSÓFI  
Stærð: 250X165cm  
Verð: 218.000,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 167.860,-



CLEO TUNGUSÓFI  
Stærð: 278X172cm  
Verð: 229.900,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 179.322,-



ALEXA STÆKKANLEGT BORD  
Stærð: 190(230)X 90cm  
Verð: 138.000,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 89.700,-



CUBE SKENKUR  
Stærð: 160X40X H: 80cm  
Verð: 129.900,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 97.425,-



HRINGBORD – hvítt háglans  
Stærð: 120X120cm  
Verð: 57.000,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 39.900,-



AGATA BORD – gegnheill ACACIA viður  
Stærð: 200X100cm  
Verð: 99.900,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 59.940,-



JADE LEÐURSTÓLL  
Verð: 35.000,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 29.750,-



TWIST STÓLL  
Verð: 17.900,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 12.530,-



CIRO STÓLL  
Verð: 24.500,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 19.600,-



MILO STÓLL  
Verð: 17.900,-  
ÚTSÖLUVERÐ: 13.425,-



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,  
tengdafaðir og afi,

### Sigurður Guðmundsson

véltjóri,  
Leirubakka 28,  
Reykjavík,

lést á Droplaugarstöðum föstudaginn  
2. ágúst. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju  
miðvikudaginn 14. ágúst klukkan 13.

**Kristín María Westlund**  
**Herdís Dögg Sigurðardóttir** **Kristinn Johnsen**  
**Kristín Eva Sigurðardóttir** **Ingvar Pálmarsson**  
og barnabörn.

Algeræði, hlýja og vörðug Við andlát ástvinar



Álfheimum 35, 104 Reykjavík  
Sími 553 5353 og 821 5353

**Ísleifur Jónsson** **Steinunn Magnúsdóttir**  
Útfararstjóri Útfararþjónusta  
Farsími 821 5353 Farsími 861 3441

www.usr.is  
isleifur@usr.is  
**Þjónusta allan sólarhringinn**

## Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi



Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is

Við erum til staðar  
þegar þú þarft á  
okkur að halda

Magnús Sævar Magnússon,  
umsjón útfara



## Útfararþjónusta & lögræðipjónusta

Við önnumst alla þætti undirbúnings og fram-  
kvæmd útfara ásamt vinnu við dánarbússkiptin.  
Við þjónum með virðingu og umhyggju að  
leiðarljósi og af faglegum metnaði.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna  
Vesturhlíð 2, Fossvogi | Sími 551 1266 | [utfor.is](http://utfor.is)

### Viltu birta minningargrein á [frettabladid.is](http://frettabladid.is)?

Minningargreinar skal senda á [timamot@frettabladid.is](mailto:timamot@frettabladid.is).  
Birting er endurgjaldslaus og opin öllum á [frettabladid.is/timamot](http://frettabladid.is/timamot)

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli  
og útfarir má senda á netfangið  
[timamot@frettabladid.is](mailto:timamot@frettabladid.is).

Auglýsingar á að senda á [auglysingar@frettabladid.is](mailto:auglysingar@frettabladid.is)  
eða hringja í síma 550 5055.



Skúli S. Ólafsson, sóknarprestur Neskirkju, segir þema verkanna byggja á regnbogaþræði. FRÉTTABLAÐID/VALLI

# Hinsegin list í Neskirkju

Á sýningu sem ber yfirskriftina „Regnbogabraut: Falin saga í 1200 ár“ eru kynnt verk eftir listamennina Logn Draumland, Viktoríu Guðnadóttur og Hrafnel Sigurðsson.

Í tilefni Hinsegin daga 2019 verður opnuð hinsegin myndlistarsýning í Neskirkju í Reykjavík á sunnudaginn. Á sýningunni sem ber yfirskriftina „Regnbogabraut: Falin saga í 1200 ár“ verða kynnt verk eftir listamennina Logn Draumland, Viktoríu Guðnadóttur og Hrafnel Sigurðsson.

Skúli S. Ólafsson, sóknarprestur Neskirkju, segir þema verka listamannanna byggja á regnbogaþræði sem er hinsegin leiðsögn á grunnsýningu Þjóðminjasafnsins, „Þjóð verður til“, sem var opnuð haustið 2018. „Þar þótti skorta á sýnileika hinsegin fólks. Eini augljósi minnisvarðinn um tilvist hinsegin fólks var regnbogafáni sem að lokum var fenginn fastur samastaður á færibandinu sem er táknmynd þjóðarsögunnar síðustu 119 árin.“ segir Skúli.

Niðurstaðan var samstarf Sjónlistaráðs Neskirkju og Þjóðminjasafnsins um að bjóða listafólki að vinna ný verk sem byggja á þeim í regnbogaþræðinum. Nýr meðlimur sjónlistaráðsins, Ynda Gestsson, átti frumkvæði að sýningunni.

### Tengir þjóðkirkjuna við hinsegin fólk

Skúli segist afar spenntur fyrir sýningunni en þar er unnið út frá ýmsum stefnum sem tengjast baráttu hinsegin fólks, eins og regnboganum, fordómum og þöggun. „Verkunum er ætlað að veita innsýn í reynsluheim og tilfinningar hinsegin fólks gagnvart valdastofnunum þjóðfélagsins ásamt því að fagna fjölbreytileika sköpunar og mannlífs.“ segir hann. Skúli segir listkynningarnar mikilvægur fyrir safnaðarstarfið. „Við getum lagt út af þeim verkum sem eru í sýningu hverju sinni. Ég er að vonast til að byggja betri tengingar þjóðkirkjunnar við hinsegin fólk.“ segir sóknarpresturinn.



Ég er að vonast til að byggja betri tengingar þjóðkirkjunnar við hinsegin fólk.

### Hrafnell: Myndeind frá Hubble

Hrafnell Sigurðsson sem lauk meistaranámi í myndlist á Englandi árið 2002 hefur sýnt verk sín bæði á Íslandi og erlendis. Verk hans eru í einka- og opinberum söfnum víða um heim.

Í verki Hrafnells „Upplausn“ er varpað fram þeirri hugmynd hvort hægt sé að leysa upp veruleikann og mannlega tilveru. Hann velur myndeind úr ljósmynd sem tekin var með Hubble-geimsjónaukanum og hefur verið stækkuð upp að ystu mörkum. Þar tekur ímyndunaraflíð við og til verður flókin raf-textill sem er vísir að stafrænu málverki. Með því að horfa sífellt dýpra inn í myndina er áhorfandinn leiddur lengra en nokkur hefur komist áður: að innstu myndeindinni, að kjarna regnbogans, tákni hinseginleikans.

### Logn: Hinsegin feitir líkamar

Logn Draumland lauk háskólanámi í myndlist á Englandi árið 2015. Hún hefur sýnt bæði á Englandi og Íslandi og eru verk hans í einkasöfnum í báðum löndunum. Einnig hefur Logn annast sýningarstjórnun héraendis sem og á

Englandi þar sem hún hefur unnið fyrir myndlistarsamvinnuhópinn „(Inspire)d Wo(me)n“

Verk Logns ber titilinn „Hinsegin feitir líkamar, staðfesting á tilvist“. Verkið segir sögu skamrar í íslenskri menningu heiðni, kristni og ríkjandi hugmyndafræði hvers tíma. Í kynningu á sýningu segir: „Til að snúa dæminu við, efla samtakamáttinn og valdefla þá valdalausni teflir Logn fram líkómum sem tengjast órjúfanlegum böndum þegar þau geysast fram og útúr römmunum til að skila skömminni þangað sem hún á heima í samfélagi fordóma, ofbeldis og kúgunar.“

### Viktoría: Þöggun

Viktoría Guðnadóttir lauk meistaranámi í myndlist í Hollandi árið 2002. Hún hefur sýnt bæði á Íslandi og í Hollandi og eru verk hennar í einkasöfnum í báðum löndunum.

Í verkinu „Þöggun“ veltir Viktoría fyrir sér konu sem grafin er undir gleri í gólfi Þjóðminjasafnsins. Tengsl Viktoríu við hina látnu konu byggjast á vangaveltum um kynhneigð hennar og samsömun kvenna á ólíkum tímum. Viktoría segir að fátt hafi veitt samkynhneigðri konu skjól við upphaf Íslandsbyggðar. Söguheimildir sýna að kirkjulegum yfirvöldum hafi verið kunnugt um samkynja ástir. Í skrifta-boðum Þorlaks biskups frá 12. öld segir að það teljist synd ef „konur eigast við þangað til er þeim leysir girnd“. „Þessu flókna samspili þöggunar, kærleika og kúgunar kemur Viktoría á framfæri með djúpa samkennd að leiðarljósi án þess að ganga fram hjá sorg og sársauka.“ segir enn fremur í kynningu.

Sýningin á Hinsegin myndlist í Neskirkju, Reykjavík stendur frá sunnudegi 11. ágúst til loka októbermánaðar.

[david@frettabladid.is](mailto:david@frettabladid.is)



**Sigurjón Jóhannesson**  
fyrirverandi skólastjóri á Húsavík,  
andaðist þann 6. ágúst síðastliðinn á  
94. aldursári. Útför hans fer fram frá  
Húsavíkurkirkju laugardaginn  
17. ágúst nk. kl. 14.00.

**Jóhanna Antonsdóttir**  
**Jóhannes Sigurjónsson**  
**Sigríður Sigurjónsdóttir** **Guðmundur Örn Ingólfsson**  
**Guðrún Sigurjónsdóttir** **Einar Hrafnkell Haraldsson**  
**Guðmundur Sigurjónsson**  
**Haraldur Sigurjónsson** **Sif Gylfadóttir**  
og aðrir aðstandendur.



Ástkær eiginkona, móðir,  
tengdamóðir, amma og langamma,  
**Ólína Guðmundsdóttir**  
Dverghömrur 19,  
lést á líknardeild Landspítalans  
föstudaginn 2. ágúst.  
Útför verður gerð frá Frikirkjunni í  
Reykjavík þriðjudaginn 13. ágúst kl. 15.

**Einar Sigurbergsson**  
**Ragnar Ómar Einarsson** **Hrund Elvan Friðriksdóttir**  
**Arnfríður Einarsson** **Stefán Hermannsson**  
**Bergur Einarsson** **Guofen Kan**  
**Heimir Einarsson** **Kristrún Guðjónsdóttir**  
**Einar Óli Einarsson**  
**Hinrik Einarsson**  
ömmubörn og langömmubörn.



Okkar kæra  
**Sólveig G. Eysteinsdóttir**  
kjólameistari,  
Sólheimum 23, Reykjavík,  
lést sunnudaginn 4. ágúst.  
Útför hennar fer fram frá Bústaðakirkju  
fimmtudaginn 15. ágúst kl. 13.00.

**Aðstandendur**



Okkar ástkæri eiginmaður, faðir,  
tengdafaðir og afi,  
**Magnús Sigfússon**  
húsasmiður,  
Kvíholti 10, Hafnarfirði,  
lést á Vífilsstöðum mánudaginn  
5. ágúst. Útförin fer fram frá  
Hafnarfjarðarkirkju miðvikudaginn 14. ágúst kl. 13.

**Auðdís Karlsdóttir**  
**Sigfús Magnússon** **Halldóra Jóhannesdóttir**  
**Ísak Sigfússon**  
**Gígja Sigfúsdóttir**  
**Ásbjörn Jónel Sigfússon**



Elsku mamma okkar, tengdamamma,  
amma og langamma,  
**Sofie Marie Markan**  
síðast til heimilis í Lækjasmára 8,  
Kópavogi,  
lést á hjúkrunarheimilinu Skjólí  
miðvikudaginn 31. júlí. Hún verður  
jarðsungen frá Frikirkjunni í Reykjavík mánudaginn  
12. ágúst kl. 13. Þeir sem vilja minnast hennar láti  
Styrktarfélag lamaðra og fatlaðra njóta þess.

**Anne-Marie Markan**  
**Ingrid Markan** **Nicholas Jones**  
**Inga Huld Markan** **Kjartan Sveinsson**  
**María Huld Markan Sigfúsdóttir**  
**Fróði, Tumi og Móey**



Elsku hjartans maðurinn minn  
og besti vinur,  
**Freysteinn Jóhannsson**  
blaðamaður,  
lést úr höfn frá Hrafnistu í Hafnarfirði  
24. júlí og hefur útför hans farið fram  
með þeim hætti sem hann óskaði.

Þakklæti til allra þeirra sem glöddu hann og lögðu  
lið í veikindum hans og þá sérstaklega starfsfólks  
hjúkrunarheimilisins Höfða á Akranesi fyrir áralanga  
kærleiksrika umönnun. Einnig færur við þakkir starfsfólki  
4A á Hrafnistu í Hafnarfirði fyrir einstaka alúð sl. mánuð.  
Megi ljós og kærleikur umvefja ykkur öll.

**Fyrir hönd fjölskyldunnar,**  
**Jóna Ágústa Ragnheiðardóttir**



Okkar ástkæri  
**Baldvin Tryggvason**  
fyrirverandi sparisjóðsstjóri,  
verður jarðsungen frá Hallgrímskirkju  
mánudaginn 12. ágúst kl. 13.  
Blóm eru afþökkuð, en þeim sem vilja  
minnast hans er bent á líknarfélög.

**Halldóra J. Rafnar**  
**Sveinbjörn I. Baldvinsson**  
**Tryggvi M. Baldvinsson**



Bróðir okkar,  
**Guðmundur Karl Jónsson**  
Áshamri 69,  
áður Miðstræti 26,  
Vestmannaeyjum,  
lést á HSU í Vestmannaeyjum  
2. júlí sl. Útförin hefur farið fram í kyrrþey  
að ósk hins látna. Sérstakar þakkir til séra Guðmundar  
Arnar Jónssonar og allra þeirra sem önnuðust hann í  
veikindum hans.

**Stefán Óskar Jónsson**  
**Anna María Jónasdóttir**  
**Ásta María Jónasdóttir**  
og fjölskyldur.



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,  
amma og besta vinkona,  
**Guðbjörg Þórisdóttir**  
fyrirverandi skólastjóri og kennari,  
sem lést á Droplaugarstöðum við  
sólurupprás föstudaginn 2. ágúst, verður  
jarðsungen frá Hallgrímskirkju mánudaginn  
12. ágúst. Sérstök athygli er vakin á því að athöfnin  
hefst kl. 16.00.

**Einar Árnason** **Þóra Karítas Árnadóttir**  
tengdabörn og barnabörn.



Elskuleg mamma okkar,  
tengdamamma, amma og langamma,  
**Guðbjörg Ásgeirsdóttir**  
Sindragötu 4, Ísafirði,  
lést á sjúkrahúsinu á Ísafirði  
föstudaginn 26. júlí. Útförin hefur farið  
fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

**Guðrún Guðbjargardóttir**  
**Ásgeir Guðbjartur Pálsson** **Gyða Hrönn Ásgeirsdóttir**  
**Steinar Hermann Ásgeirsson**  
**Ásgeir Páll Ásgeirsson**  
**Guðrún Björg Ásgeirsdóttir**  
**Rakel Sara Steinarsdóttir**



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi,  
langafi og bróðir,  
**Sigurður Björgvin Viggósson**  
lést í faðmi barna sinna á  
hjúkrunarheimilinu Grund þann  
1. ágúst. Útförin fer fram frá Frikirkjunni í  
Hafnarfirði föstudaginn 16. ágúst klukkan  
13.00. Blóm og kransar eru vinsamlega afþakkaðir en þeim  
sem vilja minnast hans er bent á Félag nýrnasjúkra.

**Valgerður Lisa Sigurðardóttir** **Jón H. Steingrímsson**  
**Sigurður Elvar Sigurðsson** **Ragnar Ólafsson**  
**Rakel Árdís Sigurðardóttir** **barnabörn og barnabarnabörn**  
**Eiríkur Viggósson**  
**Alda Viggósdóttir**  
**Björg Viggósdóttir**  
**Ólafur Agnar Viggósson**



Okkar ástkæra  
**Bryndís Steinþórsdóttir**  
hússtjórnarkennari,  
Dalbraut 14, Reykjavík,  
lést þriðjudaginn 30. júlí.  
Útför hennar fer fram frá Áskirkju  
miðvikudaginn 14. ágúst kl. 13.00.

**Hjörtur Þórarinnsson**  
**J. Ingimar Hansson, Snorri Hansson**  
**Ásdís Arnardóttir, Sigrún Ingibjörg Arnardóttir**  
**Erna Arnardóttir, Magnús Arnarson**  
**Sigrún Hjartardóttir**  
og fjölskyldur.



Okkar ástkæra eiginkona, móðir,  
tengdamóðir og amma,  
**Sigrún Jónína Jensdóttir**  
græðari,  
lést á hjúkrunarheimilinu Seltjörn  
2. ágúst síðastliðinn.  
Hún verður jarðsungen frá Vídalínskirkju  
miðvikudaginn 14. ágúst klukkan 15.00.

**Hilmar Logi Guðjónsson**  
**Þorbjörg Helga Hilmarsdóttir** **Viðar Ágústsson**  
**Hafðís Hilmarsdóttir** **Bjarni Jón Jónsson**  
**Atli Logi Mørreaunet, Hilmar Daði Bjarnason,**  
**Sigrún Dís Bjarnadóttir**



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,  
tengdafaðir og afi,  
**Ragnar S. Halldórsson**  
verkfræðingur og  
fyrirverandi forstjóri,  
lést á Landspítalanum í Fossvogi  
miðvikudaginn 7. ágúst.  
Útförin verður auglýst síðar.

**Margrét K. Sigurðardóttir**  
**Kristín Vala Ragnarsdóttir** **Jóhanna H. Jónsdóttir**  
**Halldór Páll Ragnarsson** **Þórdís Kjartansdóttir**  
**Sigurður R. Ragnarsson** **Hjálmar Gíslason**  
**Margrét Dóra Ragnarsdóttir**  
og barnabörn.



Ástkær móðir okkar,  
tengdamóðir og amma,  
**Hlíf Borghildur Axelsdóttir**  
var bráðkvædd fimmtudaginn 1. ágúst.  
Útförin fer fram í Langholtskirkju  
þriðjudaginn 13. ágúst kl. 15.

**Axel Pétur Axelsson** **Tigist Wolde Werdofa**  
**Guðmundur Bragason** **Jóhanna Gísladóttir**  
og barnabörn.



Hjartans þakkir fyrir auðsýnda  
samúð og hlýhug við andlát og útför  
heittelskaðs eiginmanns, föður,  
tengdafaðir og afa,  
**Ólafur Jónssonar**  
Áslandi 2, Mosfellsbæ.

**Kristín Sæunnar Sigurðardóttir**  
**Sæunn Ólafsdóttir** **Benedikt Arnarson**  
**Íðunn Ólafsdóttir** **Árni Valur Skarphéðinsson**  
**Ólöf Árnadóttir, Skarphéðinn Stefán Arnason,**  
**Pula Guðrún Árnadóttir, Rikharður Rafn Árnason,**  
**Baldur Benediktsson og Freyja Benediktsdóttir**

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli  
og útfarir má senda á netfangið  
[timamot@frettabladid.is](mailto:timamot@frettabladid.is).

Auglýsingar á að senda á [auglysingar@frettabladid.is](mailto:auglysingar@frettabladid.is)  
eða hringja í síma 550 5055.

# OPNUMÍ

NÝ GLÆSILEG VERSLUN Í MÖRKIN



ALLT AÐ  
**60 ÞÚSUND**  
AFSLÁTTUR AF YFIR  
300 FARTÖLVUM

**FREI**  
THONET & VANDER  
FERÐAÁTALARAR  
**3.995**  
VERÐ ÁÐUR 7.990

**50%  
Afsláttur**  
MEDAN BIRGÐIR  
ENDAST



**OPIÐ  
ALLA HELGINA**  
Ljúffengur Emmessís í  
boði alla helgina og  
pýlsuveisla í dag  
laugardag

**GPS**  
WONLEX KRAKKAÚRIN  
KOMIN AFTUR:)  
**7.992**  
VERÐ ÁÐUR 9.990



**20%  
Afsláttur**  
MEDAN BIRGÐIR  
ENDAST



**emmessis**



**20%  
Afsláttur**  
AF ÖLLUM PS4  
LEIKJATÖLVUM  
OG PS4 VR



Allt að  
**50%  
Afsláttur**  
MÓÐURBOÐ OG  
SKJÁKORT



Allt að  
**50%  
Afsláttur**  
AF FARTÖLVU-  
TÖSKUM



**TÖLVUTEK**

Reykjavík • Mörkin 3 • 563

# DAG KL 10

INI 3 • FJÖLDI OPNUNARTILBOÐA



20%  
Afsláttur  
MEÐAN BIRGÐIR  
ENDAST

144Hz  
ACER 24" 144Hz  
LEIKJASKJÁR  
29.592  
VERÐ ÁÐUR 36.990

STÓLL  
COMMANDER LÚXUS  
LEIKJASTÓLL  
19.794  
VERÐ ÁÐUR 32.990



40%  
Afsláttur  
MEÐAN BIRGÐIR  
ENDAST



ALLT AÐ  
60  
ÞÚSUND  
AF ÖLLUM LEGION  
LEIKJATURNUM

ALLT AÐ  
50%  
AFSLÁTTUR  
AF YFIR 1000  
VÖRUM



50%  
Afsláttur  
AF ÖLLUM  
STAR WARS  
DRÖNUM



Allt að  
50%  
Afsláttur  
AF HEYRNAR-  
TÖLUM

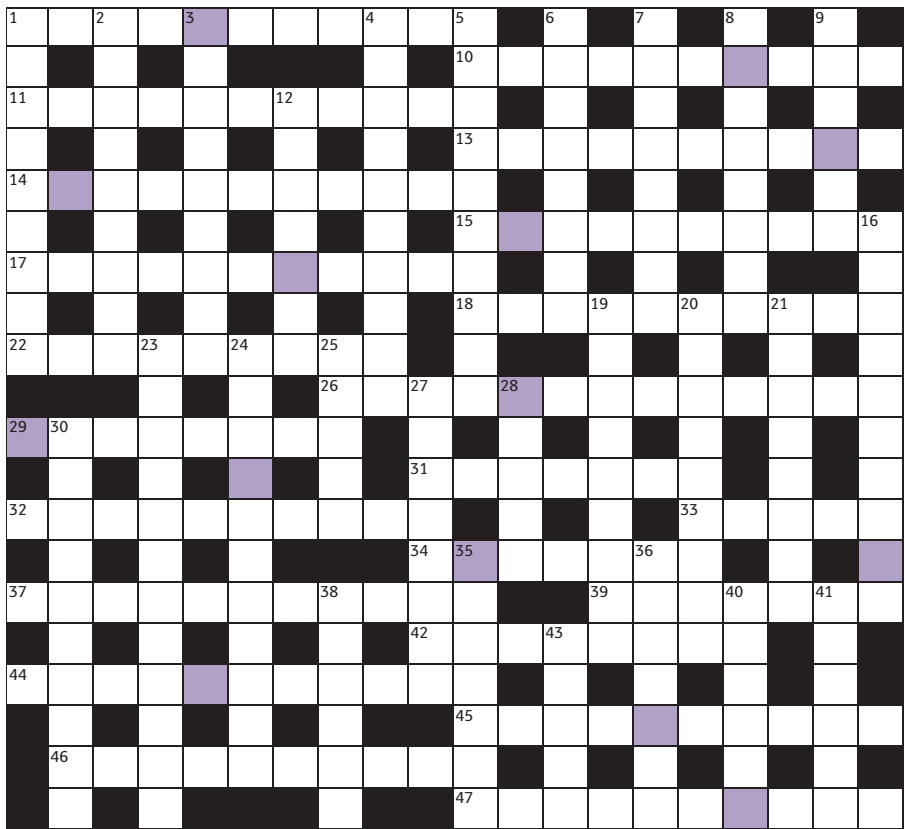


50%  
Afsláttur  
ÖLL MINNISKORT  
OG LYKLAR

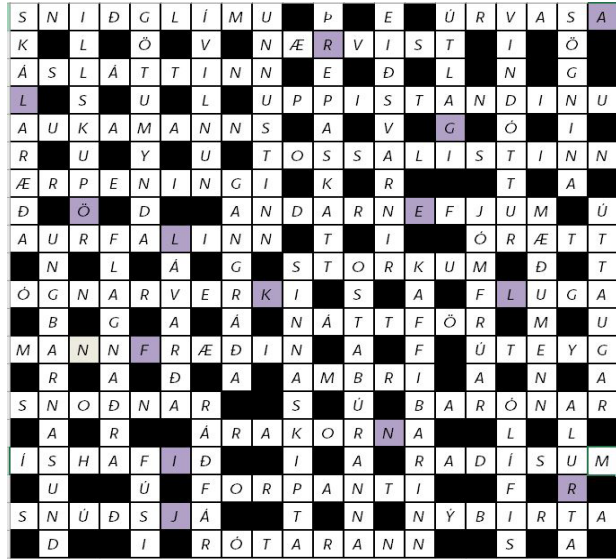
10. ágúst 2019 • Tilboð gilda meðan birgðir endast • Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttarvillur og myndabreyngi

6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

# KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



## Lausnarorð síðustu viku var KERLINGARFJÖLL



**LAUSNARORÐ:** Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist vísindi sem eru okkur sérlega mikilvæg. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 16. ágúst á [krossgata@frettabladid.is](mailto:krossgata@frettabladid.is) merkt „10. ágúst“.

\_\_\_\_\_



FORLAGIÐ

### VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Meðleigjandinn** eftir **Beth O'Leary** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Árni Stefánsson, Sauðárkróki**

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

### LÁRÉTT

- 1 Viðfrægar vísindakonur leita endimarka asna-skapsins (11)
- 10 Æfi mig í vinnu sérfræðings á heilbrigðissviði (10)
- 11 Um gimblsbungu lærði ég, að hún dugar helst í pottrétt (11)
- 13 Í heildina útheimtir þetta alveg nóg fé (10)
- 14 Snúum okkur að innihaldinu, með tilliti til ástæðunnar (11)
- 15 Dráttarsegli má líkja við orkumikla kynjaskepnu (10)
- 17 Hér segir af stjórnmála-hreyfingu samhentra

- tugthúslima (11)
- 18 Strókur úr sviðnum sterti stækkar æðar (10)
- 22 Einn fleinn er öðrum fremri og heldur hinum á beinu brautinni (9)
- 26 Segjast ósáttir við þann tíma sem gefst til mót-mæla (13)
- 29 Gleymdi karfasíðunum í karfahæjunum (8)
- 31 Komast neðar en lið næstu manna (7)
- 32 Lausnin er í Draumaforminu, verkinu sem beðið var um (10)
- 33 Af Stuðmanninum fyrrverandi frá Strýtu, honum Sigurði (5)
- 34 Skvetti sál úr skinnsockn-

- um í þessu úrhelli (7)
- 37 Úthlutur aðeins sólarhring, þótt mínir bitar dugi fyrir marga (11)
- 39 Leyfi klíkunni að ráða hamingjunni (7)
- 42 Baktalsstemming ein-kennir þau sem eru að kroppa (8)
- 44 Skrúfan og spaðarnir eru ekki vélin, þótt margir haldi það (11)
- 45 Mikill er kraftur gorms sem klukkuna knýr (10)
- 46 Ertu vernduð gegn afleiðingum tjóns sem ljúgvitni valda? (10)
- 47 Hef sett mark mitt á tigin-borið lið þar sem helst er verslað (10)

### LÓÐRÉTT

- 1 Vil standa við mín heit ef ég get, þótt það sé ávísun á endalok alls (9)
- 2 Hræri nr. 49 saman við nr. 1000 og úr verður angandi samsuða (9)
- 3 Vinnumálastofnun vantar duglegt fólk (9)
- 4 Hengi nælu í fyrsta laxinn (10)
- 5 Segjum jötni að farga sínum ofurdrekum (10)
- 6 Efnisveita sýnir þætti um útungunarstöð margra fugla (8)
- 7 Konur sem engin kannast við hvetja til agabrota (8)
- 8 Risi notar lakk í lokka (8)
- 9 Kláraði að ganga frá

- grænmeti (6)
- 12 Kom uppúr grárru keldu með füllu kerlu? (7)
- 16 Af ranglega samanlögðu bókhaldi (10)
- 19 Rölti inn í útigeymsluna með fyrsta stafinn í eftir-dragi (9)
- 20 Hlustaþráður er skjóllitil skjólflik (9)
- 21 Ég keypti mat, væni, og sá kjarnmiklu varð fyrir valinu (8)
- 23 Þegar vitið þjófinn uppi? (12)
- 24 Stakur steinn hjálpar við störf sérsveitar (11)
- 25 Tók með mér 1001 nótt og súkkulaði (5)
- 27 Þykir vænt um gengna

- forfeður, einkum afa, það valmenni sem hann var (8)
- 28 Brjálaður leiði – þetta er nú ekki ósvikul vísibending (5)
- 30 Vill að ég tæmi öll pláss í dallinum jafnóðum og hann fyllir þau (10)
- 35 Tökum Persana í nefið – eða segir maður nefin? (7)
- 36 Skellum okkur út og klöppum egg (7)
- 38 Mylsnuöryggi bætir það sem þú brýtur (6)
- 40 Friðar land sem þú lokar af (6)
- 41 Þoli ekki tuð um ránfugla og önnur tól (6)
- 43 Les úr táknum dulmáls-klúta (5)

### LÉTT

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

### MIDLUNGS

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

### ÞUNG

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

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

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

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

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

### Skák Gunnar Björnsson

#### Svartur á leik



Dubinin átti leik gegn Fiegler árið 1978.

1. ... Rg3+! (Önnur ekki síður falleg vinningsleið er 1. ... Df3!). 2. Kg1 Re2+ 3. Kh1 Bxg2+ 4. Kxg2 Dg4+ 5. Kh1 Df3# 0-1. Á morgun fer fram Stórmót TR og Árbæjarsafns sem segja má að marki upphaf skák-vertíðarinnar í haust. EM ungmenna lýkur í dag í Bratislava í Slóvakíu.

[www.skak.is](http://www.skak.is): Stórmót TR og Árbæjarsafns.

### Bridge Ísak Örn Sigurðsson

#### VEL HEPPNUÐ SÖGN

Nokkrir af fremstu bridgespilurum landsins eru duglegir að keppa á alþjóðlegum mótum utan Íslands. Meðal þeirra er Júlíus Sigurjónsson, sem hefur oft náð góðum árangri með þeim sveitum eða spilafélögum sem hann hefur spilað með. Dagana 5.-10. ágúst fór fram sterk og fjölmenn alþjóðleg keppni í Nýju Delhí í Indlandi. Mótið bar heitið 17th HCL International Championship. Meðal keppna á þessu móti var Team of Four Gold sveitakeppni með þátttöku 55 sterkra sveita. Júlíus Sigurjónsson var í sveit sem nefnd er eftir honum; Don Julio. Í sveit með honum eru Corey Krantz (spilafélagi Júlíusar), Radu Nistor, Raluca Elena Pobrescu og Lulian Rotaru.

Fyrst var háð riðlakeppni og 16 efstu sveitirnar fóru síðan í úrslitakeppni. Sveit Júlíusar fór auðveldlega í hana, vann sigur í 16 liða úrslitum (134-53,5), 8 liða úrslitum (113-92) og þegar þessi orð eru skrifuð biðu 4 liða úrslit sveitar Júlíusar. Í riðlakeppninni kom þetta athyglis-verða spil fyrir. Á báðum borðum enduðu sagnir í 3 gröndum. Þegar andstæðingar Júlíusar fóru í þrjú grönd (þegar austur opnaði á einu grand og vestur hækkaði í 3 grönd) var útspil suðurs lauf. Sagnhafi friaði tígulinn og suður átti ekki erfitt með að Skipta yfir í hjarta og vörnin tók 5 slagi. Á hinu borðinu sat Júlíus í vestur. Norður var gjafari og NS á hættu:

<p><b>Norður</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♠ G1086</li> <li>♥ KD98</li> <li>♦ 72</li> <li>♣ 982</li> </ul>	<p><b>Vestur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♠ K94</li> <li>♥ 1065</li> <li>♦ G65</li> <li>♣ ÁK63</li> </ul>	<p><b>Austur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♠ ÁD32</li> <li>♥ G2</li> <li>♦ KD983</li> <li>♣ D5</li> </ul>
<p><b>Suður</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♠ 75</li> <li>♥ Á743</li> <li>♦ Á104</li> <li>♣ G1074</li> </ul>		

Krantz í austur opnaði á einum tígli og Júlíus sagði hjarta (af því hann sá veikleika í þeim lit). Síðan enduðu sagnir í 3 gröndum sem Júlíus spilaði. Norður valdi spaða sem útspil og Júlíus valdi drottn-inguna. Síðan var tígli spilað og suðri datt auðvitað ekki í hug að spila hjarta, inni á tígulas. Hann spilaði áfram spaða og Júlíus tók 10 slagi. Júlíus hefur oft verið í útsendingu á BBO í þessu móti.

ht.is

# RISA

# ÚTSALA!

MEIRA EN 3000 VÖRUTEGUNDIR – ALLT AÐ 75% AFSLÁTTUR!

TAKMARKAÐ  
**MAGN!**  
SJÁÐU ALLT  
ÚRVALIÐ Á HT.IS



## Heimilistæki

REYKJAVÍK AKUREYRI REYKJANESBÆR SELFOSS EGILSSTAÐIR HÚSAVÍK AKRANES

OPIÐ ALLA HELGINA Á SUÐURLANDSBRAUT OG GLERÁRTORGI!



## KRAKKAR

# Konráð

364

## og félagar

### á ferð og flugi

„Hvað skyldi þetta nú vera,“ sagði Konráð og tók upp pappirsblað með tölustöfum og undarlegum táknum sem hann sá liggja á jörðinni. „Mér sýnist þetta vera stærðfræðipraut,“ sagði Lísaloppa. „En þessi þarna þrjú tákni eru ekki tölustafir svo það getur nú varla verið,“ sagði Konráð. „Það er nú einmitt þrautin,“ sagði Lísaloppa.

$$\begin{array}{r} @ + ¥ - 2 = 9 @ \square \\ 3 - * + 7 = 9 * \square \\ * + 3 + @ = 9 ¥ \square \\ ¥ - @ + 8 = 9 \end{array}$$

„Að finna út fyrir hvaða tölustafi þessi þrjú tákni standa, svo þessi fjögur dæmi gangi upp,“ bætti hún við.

Getur þú reiknað út fyrir hvaða tölustafi tákni þrjú standa



## Lestrarhestur vikunnar: Inga Þóra

**Hvernig bækur þykja þér skemmtilegastar?** Ævintýrasögur og þá sérstaklega Jói og baunagrasið.

**Hvaða bók lastu síðast og um hvað var hún?** Gilitrukk og hrafninn. Hún var um lata konu og bóndann hennar. Freyja, lata konan, fékk tröllskessu til að vinna vaðmál úr ull fyrir sig.

**Hvaða bók ætlarðu að lesa næst?** Lötu stelpuna.

**Ef þú myndir skrifa bók, um hvað væri hún?** Um fjölskyldu sem færi í fri upp í sveit með hundinn sinn, en gleymdi honum svo í sveitinni og ævintýri hundsins á leiðinni heim.

**Manstu eftir fyrstu bókinni sem var í uppáhaldi hjá þér?** Arngrímur Apaskott.

**Ferðu oft á bókasafnið?** Sirka einu sinni í mánuði.

**Hver eru þin helstu áhugamál?** Að lita, hjóla og synda.

**Í hvaða skóla ertu?** Er að byrja í 1. bekk í Laugarnesskóla.



Lestrarhestur vikunnar heldur mikið upp á Jóa og baunagrasið.

Borgarbókasafnið, Bókmenntaborgin og Bókabeitan efna til sumarlesturs fyrir krakka. Verið velkomin í bókasafnið í ykkar hverfi og takið þátt í lestrarleiknum. Í hverri viku fær einn heppinn þátttakandi bók að gjöf og í lok sumarsins er veittur einn veglegur vinningur.



Hrafnkell æfir frjalsar en finnst líka gaman í fótbolta. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# Langar að verða umboðsmaður í framtíðinni

Hrafnkell Hauksson er átta ára og er í Melaskóla. Hann byrjar í fjórða bekk í haust og finnst skemmtilegasta fagið í skólanum stærðfræði.

**JÁ, ÉG HEF FARIÐ TIL FJÖGURRA LANDA. ÉG MYNDI HELST VILJA FARA TIL FRAKKLANDS EF ÉG GÆTI FARIÐ HVERT SEM ER.**

**Ertu spenntur að byrja í skólanum?**

Já, já, alveg svolítið.

**Heldurðu að þú lærir eitthvað nýtt í fjórða bekk?**

Já, ég fer í heimilisfræði.

**Ertu spenntur fyrir því?**

Ég veit að það verður allavega gaman að fá að borða matinn sem ég bý til.

**Hvað ertu búinn að vera að gera í sumar?** Ég er ekkert búinn að vera að gera neitt mikið sérstakt.

**Ertu búinn að fara eitthvert í ferðalag?**

Já, svolítið mörg ferðalög. Ég fór til dæmis í einhverja fossagöngu sem mér fannst ekkert svo skemmtileg og ég man ekkert meira.

**Förstu eitthvert til útlanda?**

Nei, ég ferðaðist bara á Íslandi.

**Hefur þú farið til útlanda?**

Já, ég hef farið til fjögurra landa. Ég myndi helst vilja fara til Frakklands ef ég gæti farið hvert sem er.

**Ertu að æfa einhverjar íþróttir?**

Já, ég er að æfa frjalsar íþróttir.

**Hvað finnst þér skemmtilegast að gera í frjalsum?**

Sprethlaup og grindahlaup.

**Getur þú alveg stokkið yfir grindurnar?**

Já, þetta eru ekkert hæstu grindurnar, bara svona krakka, þær eru ekkert svo háar.

**Með hvaða liði ertu að æfa?**

KR, en ég held samt líka með Liverpool.

**Þú hefur þá verið ánægður núna þegar þeim gekk svona vel?**

Já, sérstaklega af því þeim gekk svo vel í meistardeildinni. Ég hefði alveg viljað fara á leikinn en ég sá alveg tvo leiki í sjónvarpinu.

**Hvað ætlar þú að verða þegar þú verður stór?**

Mig langar til þess að verða frjalsíþróttamaður. En ég ætla líka að verða umboðsmaður litla bróður míns í fótbolta, hann er alveg frekar góður í fótbolta, hann heitir Ragnar.

**Hvað gera umboðsmenn?**

Þá bara ákveður maður hvaða lið leikmaðurinn fer í og segir kannski öðrum liðum að það sé gott að kaupa þennan leikmann og svo-leiðis.

**Hvað er uppáhaldsmaturinn þinn?**

Taco, píta og pítsa.

**Hvað setur þú á pítsu?**

Bara pepperóni, en engan ost.

**En uppáhaldsdrýkkur?**

Kók, ég má samt bara drekka það stundum. Svo þegar ég verð ungl-ingur þá ætla ég að byrja að drekka Pepsi Max, held að það sé gott en ég hef ekki smakkað það.

**Ertu duglegur að borða grænmeti?**

Nei, ekkert svo.

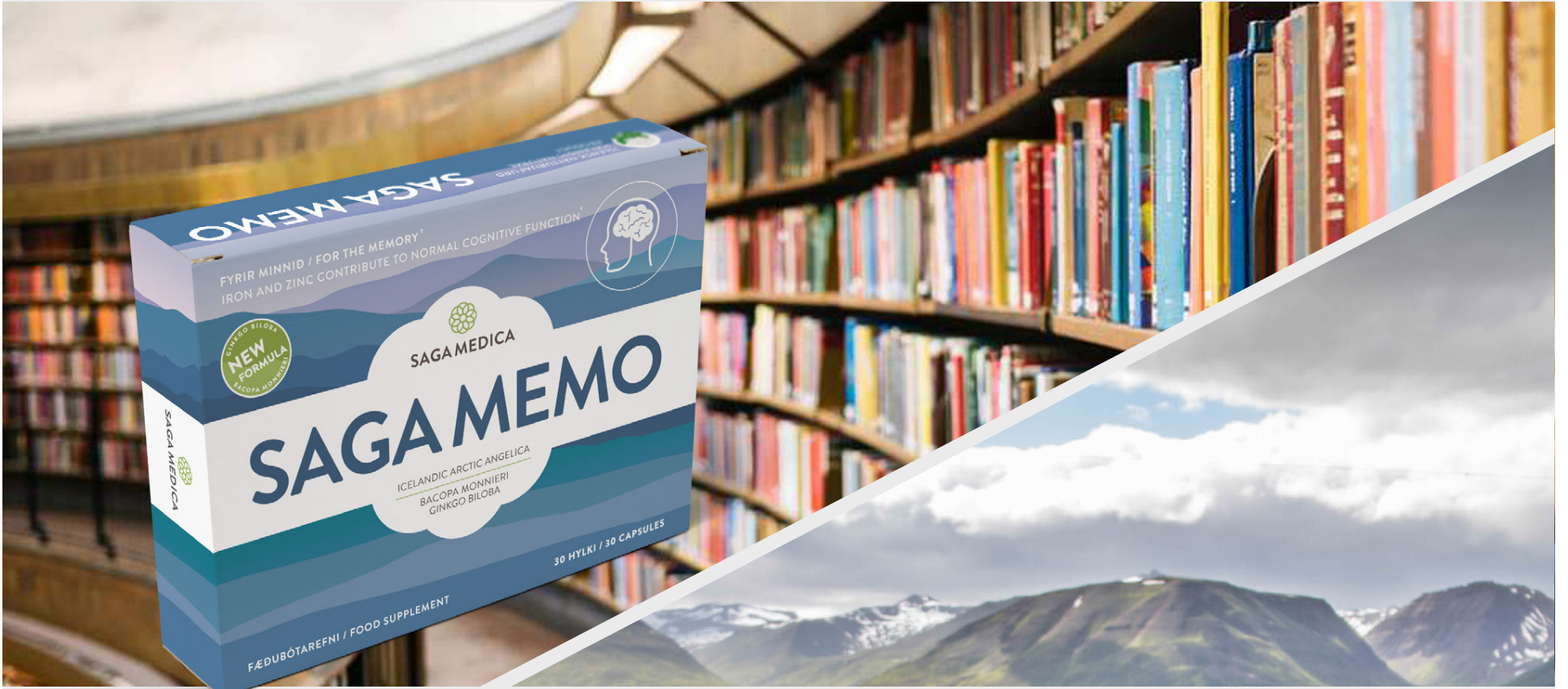
**Hvað finnst þér besta grænmetið?**

Svona myntulauf finnst mér best. Það er svo mikið bragð af því og ég er svo mikið fyrir sterkt þó að flestir krakkar séu ekki mikið fyrir það.



# SAGAMEDICA

“Í rúm þúsund ár hafa Íslendingar nýtt íslensku hvönnina sér til heilsubótar og þæginda”



Prenna fyrir minnið og athyglina

Minna mál og betri svefn



**Komdu í áskrift og fáðu afslátt!**  
Sími 562 8872 eða á tölvupósti [saganatura@saganatura.com](mailto:saganatura@saganatura.com)

Þú færð vörur SagaMedica í Fjarðarkaup, Nettó, Heilsuveri, Heilsuhúsinu, Hagkaup, Krónunni, flestum lyfjaverslunum og í vefverslun okkar, [sagamedica.is](http://sagamedica.is). Framleitt af SagaNatura.

# VEÐUR & MYNDASÖGUR

## Laugardagur

Reykjavík



10 | 7  
°C | ↘

Ísafjörður



3 | 8  
°C | ↘

Akureyri



7 | 7  
°C | ↓

Egilsstaðir



9 | 7  
°C | ↓

Kirkjubæjarkl



14 | 6  
°C | ↘

Hveravellir



2 | 8  
°C | ↓

Norðan 8-13 í dag. Rigning eða súld með köflum á Norður- og Austurlandi, hiti 5 til 10 stig. Yfirleitt léttskýjað sunnan heida með hita 11 til 17 stig yfir daginn.

## Reykjavík



Sunnudagur



11 | 7  
°C | ↓

Mánudagur



8 | 8  
°C | ↘

Þriðjudagur



11 | 5  
°C | ↘

Miðvikudagur



12 | 3  
°C | ↓

Fimmtudagur



12 | 2  
°C | ↓

## Ísafjörður



3 | 8  
°C | ↘



2 | 8  
°C | ↓



4 | 5  
°C | ↘



5 | 3  
°C | ↘



6 | 3  
°C | ←

## Akureyri



6 | 9  
°C | ↘



3 | 2  
°C | →



4 | 2  
°C | ↘



5 | 2  
°C | ↘



6 | 1  
°C | ↘

## Egilsstaðir



9 | 9  
°C | ↘



5 | 4  
°C | ↗



7 | 4  
°C | ↘



7 | 4  
°C | ↘



7 | 3  
°C | ↓

## Kirkjubæjarklaustur



13 | 9  
°C | ↓



11 | 6  
°C | ↘



12 | 1  
°C | ↗



13 | 1  
°C | ←



11 | 3  
°C | ↖

## Hveravellir



2 | 10  
°C | ↘



1 | 9  
°C | ↘



5 | 6  
°C | ↘



5 | 6  
°C | ↓



7 | 1  
°C | ↘

## Pondus



## Gelgjan



## Barnalán



**Óska eftir að kaupa 230 þús. króna Toyota bíl**

Staðgreiðist.

Sími: 483 3568.

1989 **30** 2019  
ÁRA

# KOMDU Í KOLAPORTIÐ

OPIÐ ALLAR HELGAR FRÁ KL. 11.00-17.00



**KOLAPORTIÐ**  
DÁSAMLEG DEILD SAMFÉLAGSINS

# Blekhyllki.is



Blekhyllki.is, S. 517 0150 – 2. hæð Smáralind

Þú finnur draumastarfið á **Job.is**

# ALVÖRU VERKFÆRI OG SUMARVÖRUR Á SUMARTILBOÐI



brennenstuhl  
**Kapaltromla**  
25m  
**9.990 kr.**  
Áður 12.990 kr.



brennenstuhl  
**Gúmmikaplar**  
3G1,5  
10m: 2.990 kr.  
Áður 3.490 kr.  
15m: 3.990 kr.  
Áður 4.690 kr.  
25m: 5.790 kr.  
Áður 6.990 kr.



**Milwaukee**  
**Höfuðljós**  
HL-LED, 300lm  
**7.190 kr.**  
Áður 8.490 kr.



**Milwaukee**  
**Útvarp AM/FM**  
Stafrænn örgjörvi  
**29.900 kr.**  
Áður 34.900 kr.



**Hjólbörur**  
Iðnaðar  
**11.900 kr.**  
Áður 14.990 kr.

**Malarskófla**  
**1.590 kr.**  
Áður 1.990 kr.



**Trilla**  
Iðnaðar, 200kg  
**9.900 kr.**  
Áður 12.900 kr.



**Milwaukee**  
**Slipi-rokkur**  
Án rafhlöðu.  
**28.900 kr.**  
Áður 33.900 kr.



**Milwaukee**  
**Fjarlægðarlaser**  
LDM 30  
**11.490 kr.**  
Áður 13.900 kr.



**Milwaukee**  
**Sverðsög**  
með FIXTEC  
blaða klemmu  
Án rafhlöðu.  
**28.900 kr.**  
Áður 33.900 kr.



**Milwaukee**  
**Borvél og**  
höggskrúfvél  
**37.900 kr.**  
Áður 44.900 kr.



**Milwaukee**  
**Borvél**  
og aukahlutir  
**54.900 kr.**  
Áður 67.900 kr.



**Milwaukee**  
**Borvél og**  
höggskrúfvél  
**67.900 kr.**  
Áður 79.900 kr.



**Hultaför's**  
**Kúbein**  
71 cm  
**8.990 kr.**  
Áður 10.990 kr.



**Hultaför's**  
**Málbönd**  
3m 690 kr.  
Áður 890 kr.  
5m 1.090 kr.  
Áður 1.390 kr.  
8m 1.790 kr.  
Áður 2.290 kr.



**Hjólátjakkur**  
3 tonn, 52cm  
**16.992 kr.**  
Áður 19.990 kr.



**Búkki, 2 stk**  
6 tonn m/öryggisp.  
**8.990 kr.**  
Áður 11.990 kr.



**Mótorhjólalyfta**  
450 kg.  
**23.900 kr.**  
Áður 28.900 kr.



**GEDORE**  
**Topplyklasett**  
94 stk, 1/2" og 1/4"  
**13.990 kr.**  
Áður 19.190 kr.



**Hultaför's**  
**Réttiskeið**  
180 cm  
**16.900 kr.**  
Áður 21.608 kr.



**Hjólátjakkur**  
Í tösku, 2 tonn  
**5.990 kr.**  
Áður 6.990 kr.



**Hjólátjakkur**  
Í tösku, 2 tonn  
**5.990 kr.**  
Áður 6.990 kr.



**YATO**  
**Verkfæraskápur**  
12 skúffur  
**89.900 kr.**  
Áður 115.900 kr.



**Lyftiborð**  
fyrir krossara  
**24.900 kr.**



**Dekkjatjakkur**  
650kg  
**14.900 kr.**  
Áður 17.900 kr.



**Verkfæraskápur**  
7 skúffur  
**42.900 kr.**  
Áður 49.900 kr.



**Verkfæraskápur**  
172 stk, 7 skúffur  
**94.900 kr.**  
Áður 114.900 kr.



**Wera**  
**Topplyklasett**  
Check Plus  
**13.490 kr.**  
Áður 17.990 kr.



**RYOBI**  
**Hybrid sláttuvél**  
36cm - Easy Edge™  
2stk 2.5Ah rafhl. og hleðslut.  
**62.900 kr.**  
Áður 69.900 kr.



**RYOBI**  
**Sláttuorf**  
og borvél  
1stk 2.0Ah rafhláða  
og hleðslutæki  
**27.900 kr.**  
Áður 34.900 kr.

## VERKFÆRA SALAN



**RYOBI**  
**Sláttuvél 36V**  
40cm - Easy Edge™  
2stk 4.0Ah rafhl. og hleðslut.  
**74.900 kr.**  
Áður 89.900 kr.

# Þjóðlög á nótnabók með alls kyns fróðleik

**Nótnabók með íslenskum þjóðlögum í útsetningum Guitars Islancio er komin út. Jón Rafnsson fékk hugmyndina að bókinni fyrir 20 árum. Vínýlplata með 12 þjóðlögum er væntanleg.**

Kolbrún Bergþórsdóttir  
kolbrunb@frettabladid.is



Nótnabókin Íslensk þjóðlög í útsetningum Guitars Islancio er nýkomin út. „Þetta eru íslensk þjóðlög í útsetningum Guitars Islancio, 22 þjóðlög af um 60 sem við höfum hljóðritað á geisladiska í gegnum árin,“ segir Jón Rafnsson sem hefur veg og vanda af nótnabókinni. Trióið Guitars Islancio var stofnað árið 1998 og allt frá því hafa félagarnir í trióinu, Jón, Björn Thoroddsen og Gunnar Þórðarson, lagt mikla rækt við íslensku þjóðlögin og hafa spunnit við þau þannig að einfaldar laglínur fá á sig nútímalegan blæ, í senn íslenskan og alþjóðlegan.



Jón og afadregirnir Daði Brimar og Viktor Breki Sturlusynir. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

## SÝNINGARAÐSTAÐA OG VINNUSTOFA Í ÁSMUNDARSAL 2020

Ásmundarsalur óskar eftir tillögum að sýningum, viðburðum eða uppákomum sem fanga fjölbreytileika listarinnar. Kostur er ef fleiri en eitt listform mættast í sýningu. Einnig er óskað eftir umsóknum um aðstöðu fyrir vinnustofu listamanns í Gunnfríðargryfju til tveggja mánaða í senn. Umsóknir skulu berast á netfangið [asmundarsalur@asmundarsalur.is](mailto:asmundarsalur@asmundarsalur.is) fyrir 10. september næstkomandi en með umsóknunum skulu fylgja:

- Fullt nafn listamanns
- Lýsing á fyrirhugaðri sýningu/viðburði/verkefni
- Fylgiskjöl – ferilskrá, myndir af verkum, textar o.þ.h.
- Vefsíða listamanns ef við á

Ásmundarsalur er sjálfstætt starfandi sýningarsalur sem leggur til aðstöðu og vinnustofu fyrir listamenn í miðbæ Reykjavíkur.

### Bók á leið til Georgs

Nótnabókin á sér langan aðdraganda en Jón segir að hugmyndin að henni hafi fyrst látið á sér kræla fyrir 20 árum. „Dag einn var ég að hjálpa vini mínum í hljóðfæraverslun í Reykjavík og inn kom maður sem reyndist vera austurrískur tónlistarmaður. Hann sagði mér að hann hefði keypt geisladisk með íslenskrum hljómsveit og spurði hvort möguleiki væri á að fá lögin á nótum. Ég spurði hvaða hljómsveit þetta væri. Hann svaraði: Guitars Islancio. Ég sagði honum að til væri 900 blaðsíðna doðrantur, þjóðlög séra Bjarna Þorsteinssonar, sem gagnaðist honum vitanlega ekki neitt. Þá hugsaði ég með mér að kannski væri möguleiki á að búa til nótnabók. Nú er þessi bók á leið í pósti til hans Georgs í Vínarborg sem gaf mér hugmyndina.

Og ég sannfærðist alveg um að þessa bók yrði ég að gera þegar við félagarnir fórum á árunum 2007 og 2008 í allfesta grunnskóla landsins í verkefninu „Tónlist fyrir alla“. Við sendum á undan okkur útsetningar af þjóðlögum sem við svo fluttum með nemendum á tónleikum í skólunum og þar léku krakkarnir með okkur á þau hljóðfæri sem þau voru að læra á og þau sem ekki voru í hljóðfæranámi tóku þátt með söng, sem sagt, allir voru með. Margir kennarar, bæði tónmennta- og bekkjarkennarar, höfðu orð á að þessar útsetningar þyrftu að vera aðgengilegar og við setjum bókina þannig upp að auðvelt er að nota hana án þess endilega að fara eftir okkar útsetningu, en þó hægt að styðjast við hana ef þess þarf.“

**VIÐ SETJUM BÓKINA ÞANNIG UPP AÐ AUÐVELT ER AÐ NOTA HANA ÁN ÞESS ENDILEGA AÐ FARA EFTIR OKKAR ÚTSETNINGU, EN ÞÓ HÆGT AÐ STYÐJAST VIÐ HANA EF ÞESS ÞARF.**

### Mikil og góð aðstoð

Auk þjóðlaganna á nótum geymir bókin ýmsan fróðleik um lögin og ljóðin sem þeim fylgja. Sá texti er á íslensku, ensku og þýsku. Jón segist hafa fengið mikla og góða aðstöðu úr mörgum áttum. „Sérstaklega varðandi fróðleik um þjóðlögin og það að birta rétta útgáfu af ljóðunum svo ég tali ekki um að skrifa upp nóturnar en Adalheiður Þorsteinsdóttir, píanóleikari og sénéi, sá um það.“ Hann segir bókina vera framhald af safndiski sem trióið gaf út fyrir tveimur árum en á honum eru 14 af þeim þjóðlögum sem finna má í nótnabókinni. Vínýlplata með 12 þjóðlögum er svo væntanleg í haust. Sama útlit er á bókinni, disknum og plötunni.

Óhætt er að segja að Guitars Islancio hafi notið velgengni í þau rúmu 20 ár sem trióið hefur starfað en á þeim tíma hafa selst milli 30-40 þúsund geisladiskar með trióinu sem hefur spilað um alla Evrópu, Ameríku, Kanada, Kína og Japan. Jón segir að frekari spilamennska sé á dagskrá í Kanada og þar er áhugi á að gefa nótnabókina út. Hún er þegar komin í sölu í Þýskalandi og til stendur að gefa hana út í Skandinavíu.

# Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

## 10. ÁGÚST 2019

### Tónlist

**Hvað?** Sumarjazz  
**Hvenær?** 15.00-17.00  
**Hvar?** Jómfrúin, Lækjargötu  
Kvartett söngkonunnar Kristjónu Stefánsdóttur skemmtir.

**Hvað?** Víólumasterklass  
**Hvenær?** 14.00  
**Hvar?** Harpa  
Bandaríski víóluleikarinn Rita Porfiris heldur masterklass í Norðurljósum. Miðaverð 1.500 kr.

**Hvað?** Unglistakonur 1  
**Hvenær?** 19.30  
**Hvar?** Harpa  
Diana Adamyan fiðluleikari flytur verk ásamt Richard Simm pianóleikara í Norðurljósum. Miðaverð 2.500 kr.

**Hvað?** Alþjóðlegt orgelsumar  
**Hvenær?** 12.00-12.30  
**Hvar?** Hallgrímskirkja  
Susannah Carlsson, organisti við Dómkirkjuna í Lundi, Svíþjóð, leikur ýmis verk. Miðaverð 2.500.

### Fræðsla

**Hvað?** Sýning í Kinasafni Unnar  
**Hvenær?** 14.00-16.00.  
**Hvar?** Njálsgata 33b  
Unnur Guðjónsdóttir sýnir gestum og gangandi forna muni frá Kína. Aðgangseyrir 1.000 kr. Þar sem Unnur á afmæli 10. ágúst býður hún safngestum upp á te og sætabrauð.

### Bækur

**Hvað?** Starína á fjölskyldustund  
**Hvenær?** 13.00  
**Hvar?** Bókasafn Kópavogs, Hamraborg  
Dragdrottningin Starína les bókina Fjölskyldan mín eftir Ástu Rún Valgerðardóttur og Láru Garðarsdóttur.

### List

**Hvað?** Pósterar – Testament  
**Hvenær?** 16.00-18.00  
**Hvar?** Hjá Ófeigi, Skólavörðustíg  
Daníel Þ. Magnússon opnar sýningu sína.

**Hvað?** Sumar Sci-fi  
**Hvenær?** 21.00  
**Hvar?** Mengi  
Hrund Atladóttir og Kira Kira bjóða upp á vídeó og tónlistarupp-lifun. Sérstakur gestur: Bryndís Jakobsdóttir. Miðaverð 2.500.

# Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

## 11. ÁGÚST 2019

### Tónleikar

**Hvað?** Stofutónleikar  
**Hvenær?** 16.00

**Hvar?** Gljúfrasteinn  
Björk Nielsdóttir söngkona og Matthildur Anna Gísladóttir pianóleikari flytja kabarettprógramm með verkum tónskáldsins Kurt Weill. Miðaverð er 2.500 krónur.

**Hvað?** Alþjóðlegt orgelsumar  
**Hvenær?** 17.00-18.00  
**Hvar?** Hallgrímskirkja í Reykjavík  
Susannah Carlsson, organisti við Dómkirkjuna í Lundi, Svíþjóð, leikur ýmis verk.

**Hvað?** Tónleikaröð  
**Hvenær?** 16.00  
**Hvar?** Hallgrímskirkja í Saurbæ  
Anna Sigríður Helgadóttir og Gísli

Magna Sigríðarson flytja ýmsa tónlist. Aðgangseyrir er 1.500 krónur.

**Hvað?** Messa og tónleikar  
**Hvenær?** 14.00  
**Hvar?** Strandarkirkja  
Hin árlega Mariumessa og loka-tónleikar tónlistarhátiðarinnar Englar og menn.

### Fræðsla

**Hvað?** Fornar rætur  
**Hvenær?** 14.00  
**Hvar?** Árbæjarsafn  
Sólrun Inga Traustadóttir leiðir gesti um uppgraftarsvæði á bæjar-

stæði Árbæjar.

**Hvað?** Leiðsögn  
**Hvenær?** 15.00  
**Hvar?** Listasafn Árnesinga  
Kristín G. Guðnadóttir listfræðingur leiðir gesti um sýninguna Gjöfin til íslenskrar alþýðu.

### Skemmtun

**Hvað?** Barnaskemmtun  
**Hvenær?** 13.00-16.00  
**Hvar?** Viðey  
Skemmtileg og fjölbreytt dagskrá á hinum árlega Barnadegi í Viðey.

**Hvað?** Fjölskylduhátið

**Hvenær?** 12.00-17.00  
**Hvar?** Norræna húsið  
Fagnað verður 50 ára starfs-afmæli bókasafnsins. Boðið verður upp á köku, andlitsmálningu, hoppukastala, töfrasyningu, upplestur og margt fleira. Í tilefni afmælisins fá allir afmælisgestir umhverfisvænt árskort án endurgjalds.

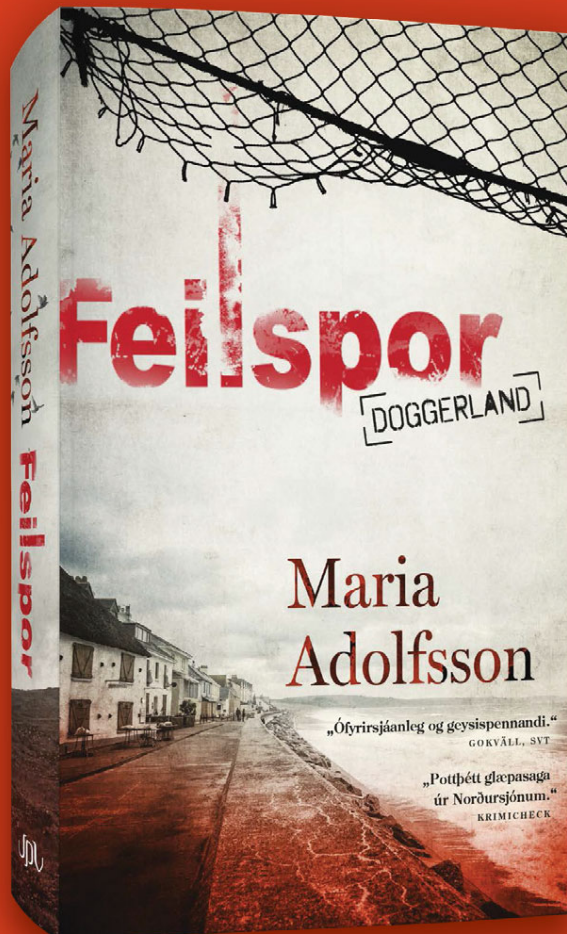
### Tafl

**Hvað?** Stórmót Árbæjarsafns og Taflfélags Reykjavíkur  
**Hvenær?** 14.00  
**Hvar?** Árbæjarsafn  
Öllum er frjálst að skrá sig til leiks.

# SPENNANDI SAGA

„Ein besta glæpasaga ársins.“

SKÅNSKA DAGBLADET

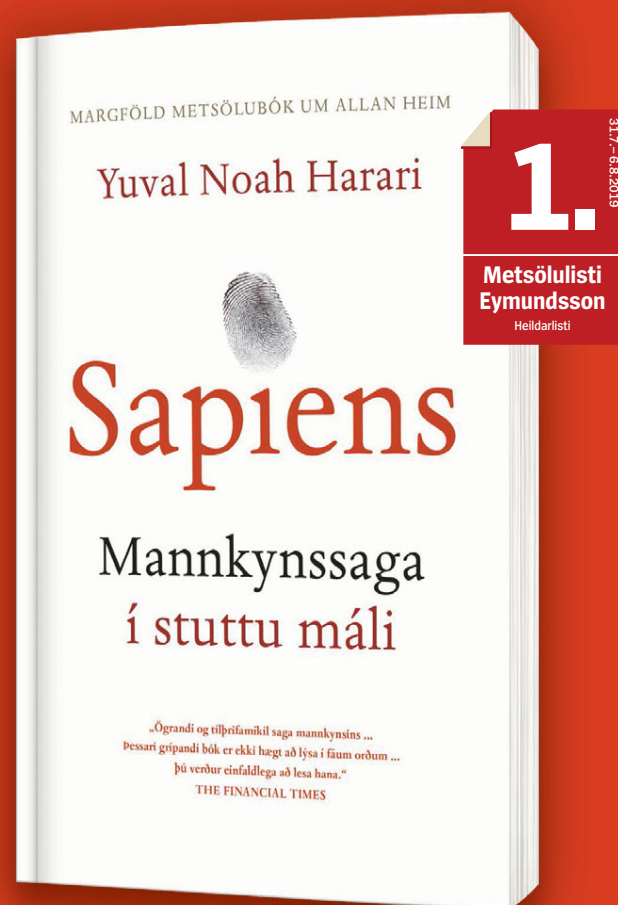


Geysispennandi glæpasaga – hér mætist allt það besta úr breskri og norrænni spennusagnahefð

Kunnuglegt og sannfærandi sögu-svið en um leið nýtt og spennandi

„Spennandi og heillandi verk ...“

The Observer



Margföld metsölubók um allan heim – hefur selst í meira en 5 milljónum eintaka

Loksins komin út á íslensku!

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla virka daga 10-18 | Laugardaga 11-16 | [www.forlagid.is](http://www.forlagid.is)



## Laugardagur

## RÚV SJÓNVARP

**07.15** KrakkaRÚV  
**07.16** Hinrik hittir  
**07.21** Molang  
**07.25** Refurinn Pablo  
**07.30** Húrra fyrir Kela  
**07.54** Rán og Sævar  
**08.05** Nellý og Nóra  
**08.12** Mói  
**08.23** Hruturinn Hreinn  
**08.30** Djúpið  
**08.51** Bréfabær  
**09.02** Millý spyr  
**09.09** Flugskólinn  
**09.30** Ævar vísindamaður  
**10.00** Fuglabjargið Norskir náttúrulífsþættir þar sem fylgst er með fuglalífi á eyjunni Hornøya. e.  
**10.30** Pricebræður bjóða til veislu  
**11.10** Villt náttúra Indlands  
**12.00** Feneyjatvíringurinn 2019  
**12.40** Ísland - Sviss Forkeppni EM karla í körfubolta Bein útsending frá leik Íslands og Sviss í forkeppni EM karla í körfubolta.  
**15.00** Íslandsmótið í golfi Bein útsending frá Íslandsmótinu í golfi sem fram fer á Grafarholtsvelli hjá Golfklúbbi Reykjavíkur dagana 8.-11. ágúst og verður það jafnframt lokamótið á stigamótaröð GSÍ.  
**18.00** Táknálsfréttir  
**18.10** KrakkaRÚV  
**18.11** Guffagrín  
**18.33** Sigildar teiknimyndir  
**18.40** Hið sæta sumarlíf  
**18.53** Lottó  
**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** Kung Fu Panda Talsett teiknimynd um klaufsku pönduna Pó sem vinnur á núðluveitingastað föður síns, sem er önd, en dreymir um að læra kung-fu og verða frægur bardagakappi. Þegar illi bardagakappinn Tai Lung sleppur úr fangelsi verður að stöðva hann og Pó fær einstakt tækifæri til að láta drauma sína rætast. e.  
**21.15** Regnskaparinn Kvikmynd frá 1957 um bragðarefinn Bill Starbuck sem lofar örvæntingarfullum íbúum smábæjar í Kansas að hann geti framkallað rigningu á þurrkatíma gegn greiðslu. Myndin var tilnefnd til tvenna Óskarsverðlauna. Leikstjóri: Joseph Anthony. Aðalhlutverk: Burt Lancaster, Katharine Hepburn og Wendell Corey.  
**23.15** Síðasta konungsríkið  
**00.05** Agatha rannsakar málið - Dauðlegur dýralæknir Agatha Raisin fer á stefnumót með myndarlegum dýralækni, en daginn eftir finnst hann látinn eftir að hafa verið sprautaður með hestadeyflyfi. e.  
**00.50** Dagskrárlök

## GOLFSTÖÐIN

**06.30** The Northern Trust Útsending frá The Northern Trust á PGA mótaröðinni.  
**10.30** Ladies Scottish Open Útsending frá Ladies Scottish Open á PGA mótaröðinni.  
**13.30** Ladies Scottish Open Bein útsending frá Ladies Scottish Open á PGA mótaröðinni.  
**16.30** Inside the PGA Tour Skyggst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni í golfi.  
**17.00** The Northern Trust Bein útsending frá The Northern Trust á PGA mótaröðinni.  
**22.00** Ladies Scottish Open Útsending frá Ladies Scottish Open á PGA mótaröðinni.

## ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió  
 FM 89,5 Retro  
 FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan  
 FM 93,5 Rás 1  
 FM 95,7 FM957

## SJÓNVARP SÍMANS

**06.00** Síminn + Spotify  
**10.30** Bachelor in Paradise  
**12.15** The King of Queens  
**12.35** How I Met Your Mother  
**13.00** Speechless  
**13.30** Crystal Palace - Everton  
**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** The Biggest Loser  
**20.15** Bachelor in Paradise  
**21.40** Haywire  
**23.20** Get Shorty  
**01.05** Valkyrie Myndin fjallar um tilræði við Hitler árið 1944 og var hugmyndin að kenna SS um morðið og virkja herinn í yfirtöku á landinu og semja um frið við bandamenn.  
**03.05** Síminn + Spotify

## RÚV RÁS EITT

**06.55** Morgunbæn og orð dagsins  
**07.00** Fréttir  
**07.03** Til allra átta Nikkan blívur  
**08.00** Morgunfréttir  
**08.05** Að rækta fólk Lýst er skólustarfi í sveitum landsins  
**09.00** Fréttir  
**09.03** Á reki með KK  
**10.00** Fréttir  
**10.05** Veðurfregnir  
**10.15** Hylðýpi  
**11.00** Fréttir  
**11.02** Vikulokin  
**12.00** Hádegisútlit  
**12.20** Hádegisfréttir  
**12.40** Veðurfregnir  
**13.00** Gestaboð Bolli Pétur og Vigfús Bjarni  
**14.00** Listin og landafræðin Einar Falur Ingólfsson  
**15.00** Flakkum nokkur hús Gunnlaugs Halldórssonar arkitekts, seinni þáttur  
**16.00** Siðdegisfréttir  
**16.05** Orð um bækur  
**17.00** Meistari Morricone  
**18.00** Kvöldfréttir  
**18.10** Í ljósi sögunnar  
**18.50** Veðurfregnir  
**18.53** Dánarfregnir  
**19.00** Sveifludansar Charlie Haden, Red Garland og Kasper Villume  
**20.45** Úr gullkistunni  
**21.15** Bók vikunnar Hægara þælt en kýlt  
**22.00** Fréttir  
**22.05** Veðurfregnir  
**22.10** Brot af eilífðinni Gracie Fields  
**23.00** Vikulokin  
**00.00** Fréttir  
**00.05** Næturútlit Rásar 1

## STÖÐ 2 BÍÓ

**07.35** Tumbledown  
**09.20** Collateral Beauty  
**10.55** Dare To Be Wild  
**12.40** Ocean's Twelve  
**14.45** Tumbledown  
**16.30** Collateral Beauty  
**18.10** Dare To Be Wild  
**19.55** Ocean's Twelve  
**22.00** The Squid and the Whale  
**23.25** Crossfire  
**00.55** The Falling  
**02.40** The Squid and the Whale

## STÖÐ 2

**07.00** Strumparnir  
**07.25** Kormákur  
**07.35** Billi Blikk  
**07.45** Kalli á þakinu  
**08.10** Tindur  
**08.20** Dagur Diðrik  
**08.45** Latibær  
**09.10** Stóri og Litli  
**09.20** Mæja býfluga  
**09.30** Lina langsokkur  
**09.55** Vikingurinn Viggó  
**10.05** Stóri og Litli  
**10.20** K3  
**10.30** Ninja-skjaldbökurnar  
**10.55** Friends  
**11.20** Ellen  
**12.00** Bold and the Beautiful  
**12.20** Bold and the Beautiful  
**12.40** Bold and the Beautiful  
**13.00** Bold and the Beautiful  
**13.20** Grand Designs Australia  
**14.15** Suits  
**15.00** The Sticky Truth About Sugar  
**16.00** Seinfeld  
**16.25** Divorce  
**16.55** Veep  
**17.25** Golfarinn  
**18.00** Sjáðu  
**18.30** Fréttir Stöðvar 2  
**18.55** Sportpakkinn  
**19.10** Top 20 Funnest  
**19.55** Grænuvellir. Sjúklegt svínari  
**21.15** Mary Shelley  
**23.15** Chloe and Theo  
**00.40** Phantom Thread  
**02.50** Deadwood  
**04.40** Kidnap

## STÖÐ 3

**14.35** Friends  
**15.00** Friends  
**15.25** Friends  
**15.50** Friends  
**16.15** Friends  
**16.40** Curb Your Enthusiasm  
**17.15** The Goldbergs  
**17.40** Um land allt  
**18.15** Margra barna mæður  
**18.50** Ísskápastríð  
**19.25** Masterchef USA  
**20.10** Grand Designs  
**21.00** Camping  
**21.30** Mosaic  
**22.25** Boardwalk Empire  
**23.20** Gotham  
**00.05** Tónlist

## STÖÐ 2 SPORT

**07.00** Grótta - Keflavík Útsending frá leik í Inkasso deild karla.  
**08.40** Fylkir - Stjarnan Útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.  
**10.20** Pepsi Max Mörk kvenna Leikirnir í Pepsi Max deild kvenna gerð upp af sérfræðingum Stöðvar 2 Sport.  
**11.25** Leeds - Nottingham Forest Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.  
**13.25** Football League Show Sýndar svipmyndir úr leikjunum í ensku 1. deildinni, EFL.  
**13.55** QPR - Huddersfield Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.  
**15.55** Atletico Madrid - Juventus Bein útsending frá leik í International Champions Cup.  
**18.05** Grótta - Keflavík  
**19.45** Pepsi Max Mörk karla Leikirnir í Pepsi Max deild karla gerð upp af sérfræðingum Stöðvar 2 Sport.  
**21.15** Leeds - Nottingham Forest Útsending frá leik í ensku 1. deildinni.  
**22.55** Atletico Madrid - Juventus Útsending frá leik í International Champions Cup.

## RIKKI FER TIL AMERÍKÚ

Við sláumst í för með þeim félögum Rikka G og Auðunni Blöndal í jómfrúarferð Rikka til hinnar stóru Ameríku.

Hefst á sunnudag

stod2.is | 1817

FM 96,3 FM Suðurland FM 98,9 Bylgjan  
 FM 96,7 Létt Bylgjan FM 99,4 Útlit Saga  
 FM 97,7 X-ið FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin

# DRAUMASIGLINGAR MEÐ NORWEGIAN CRUISE LINE

FREE AT SEA

ALLT INNIFALIÐ Í ÖLLUM SIGLINGUM  
EKKI BORGA MEIRA EN ÞÚ ÞARFT



## PANAMASKURÐURINN MEÐ NCL JOY 11. FEBRÚAR - 5. MARS 2020

Verð frá kr.  
**575.000**  
á mann í 2ja manna  
inniklefa með  
**PREMIUM ALLT  
INNIFALIÐ**



ÍSLENSK FARARSTJÓRN • GIST Í 3 NÆTUR Í ORLANDO OG 3 Í LOS ANGELES • GREAT STIRRUP CAY  
CARTAGENA, PUNTARENAS, PUERTO QUETZAL, PUERTO VALLARA, PUERTO SAN LUCAS, LOS ANGELES

Uppselt

### JÓL Í KARÍBAHAFINU 20. des. 2019 - 4. jan. 2020

Costa Maya í Mexíkó, Harvest Caye  
Roatán í Hondúras, Cozumel  
í Mexíkó

Verð frá kr. 375.000 á mann

### KARÍBAHAFIÐ 19. mars - 2. apríl 2020

Costa Maya í Mexíkó, Harvest Caye  
Roatán í Hondúras  
Cozumel í Mexíkó

Verð frá kr. 345.000 á mann

### PÁSKAR Í KARÍBAHAFINU 11. - 24. apríl 2020

Great Stirrup Cay, Ocho Rios  
á Jamaíku, Georg Town  
og Cozumel í Mexíkó

Verð frá kr. 410.000 á mann

### SINGAPORE TIL TOKYO 11. apríl - 5. maí 2020

Ho Chi Minh í Víetnam, Hong Kong  
og Shanghai í Kína, Hiroshima, Kochi  
Shimizu, Yokohama og Tokyo í Japan

Verð frá kr. 840.000 á mann

### ATLANTSHAFIÐ 20. apríl - 10. maí 2020

Azoreyjar, Lissabon, Cadiz (Sevilla)  
Malaga, Mallorca, Barcelona, Cannes  
Livorno, Civitavecchia, Róm

Verð frá kr. 470.000 á mann

### GRÍSKA EYJAHAFIÐ 12. - 26. maí 2020

Kotor í Svartfjallalandi, Korfu, Santorini  
Apena, Ródos, Mykonos í Grikklandi  
Dubrovnik í Króatíu, Feneyjar

Verð frá kr. 452.000 á mann

### MÍÐJARÐARHAFIÐ 28. maí - 8. júní 2020

Napolí, Civitavecchi, Livorno  
Flórens, Písa, Cannes, Palma  
á Mallorca, Barcelona

Verð frá kr. 395.000 á mann

### EYSTRASALTIÐ 16. - 25. júní 2020

Warnemunde í Þýskalandi, Tallin  
St. Pétursborg í Rússlandi, Helsinki  
Nynshamn og Kaupmannahöfn

Verð frá kr. 380.000 á mann

### MÍÐJARÐARHAFIÐ 4. - 15. sept. 2020

Napolí, Civitavecchi, Livorno  
Flórens, Písa, Cannes, Palma  
á Mallorca, Barcelona

Verð frá kr. 388.000 á mann

### ÍTALÍA OG EYJAHAFIÐ 7. - 21. sept. 2020

Kotor, Svartfj.landi, Dubrovnik  
Króatíu, Corfu, Santorini, Mykonos,  
Grikklandi, Napolí, Livorno, Ítalíu

Verð frá kr. 470.000 á mann

### KARÍBAHAFIÐ 19. nóv. - 1. des. 2020

Puerto Plata í Dóminíska  
lýðveldinu, St. Thomas, Tortola  
og Great Stirrup Cay

Verð frá kr. 345.000 á mann

### JÓL Í KARÍBAHAFINU 18. - 30. des. 2020

Cozumel og Costa Maya í Mexíkó  
Roatán í Hondúras  
Harvest Caye

Verð frá kr. 425.000 á mann



## Sunnudagur



**FÁIR MIÐAR EFTIR!**  
EKKI ER HÆGT AÐ BÆTA  
VIÐ FLEIRI TÓNLEIKUM

# DÍVUR

SVALA & JÓHANNA GUÐRÚN

DÍSELLA · FRÍÐRIK ÓMAR · KATRÍN HALLDÓRA  
RAGGA GRÖNDAL · SIGGA BEINTEINS

MIÐASALA Á  
HARPA.IS/DIVUR

light taste



ICELANDAIR

## RÚV SJÓNVARP

- 07.15** KrakkaRÚV  
**07.16** Begga og Fress  
**07.28** Minnsti maður í heimi  
**07.29** Sara og Önd  
**07.36** Hæ Sámur  
**07.43** Söguhúsið  
**07.50** Letibjörn og læmingjarnir  
**07.57** Hvolpasveitin  
**08.20** Alvinn og ikornarnir  
**08.31** Ronja ræningjadóttir  
**08.55** Disneystundin  
**08.56** Timon & Pumba  
**09.17** Sigildar teiknimyndir  
**09.24** Liló og Stitch  
**09.45** Dýrleg vinátta  
**10.40** Hið sæta sumarlíf  
**11.10** Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarpsins Litið um öxl yfir 50 ára sögu sjónvarps og fróðleg og skemmtileg augnablik rifjuð upp með myndefni úr Gullkistunni. Kynnir er Jóhanna Vigdís Hjaltadóttir. Dagskrárgerð: Egill Eðvarðsson. e.  
**11.25** Sumartónleikar í Schönbrunn  
**13.00** Reykjavík í öðru ljósi  
**14.00** Íslandsmótið í golfi Bein útsending frá Íslandsmóttinu í golfi sem fram fer á Grafarholtsvelli hjá Golfklúbbi Reykjavíkur dagana 8.-11. ágúst og verður það jafnframt lokamótið á stigamótaröð GSl.  
**17.30** Bitlarnir að eilífu  
**17.40** Hundalíf  
**17.50** Táknafréttir  
**18.00** KrakkaRÚV  
**18.01** Stundin okkar  
**18.25** Fuglabjargið Hornøya Norskir náttúrufræðingjar þar sem fylgst er með fuglalífi á eyjunni Hornøya.  
**19.00** Fréttir  
**19.25** Íþróttir  
**19.35** Veður  
**19.45** HM íslenska hestsins Samantekt frá keppni dagsins á HM íslenska hestsins sem fram fer í Berlín. Umsjón: Gísli Einarsson. Dagskrárgerð: Óskar Þór Nikulásson.  
**20.10** Viktoría Önnur þáttaröð þessara bresku leiknu þátta um Viktoríu Bretadrottningu, sem var krýnd á táningsaldri árið 1837. Í lok síðustu þáttaraðar eignuðust Viktoría og Albert prins sitt fyrsta barn og nú segir frá erfiðleikum hennar við að sameina hlutverk móður og eiginkonu við drottningarhlutverkið. Aðalhlutverk: Jenna Coleman og Tom Hughes.  
**21.00** Íslenskt bíósumar. Órói  
**22.35** Litla systir mín Sænsk kvikmynd um Stellu sem kemst að því þegar hún nalgast unglingsárin að eldri systir hennar og fyrirmynd, Katja, þjáist af átröskun. Katja reynir að halda sjúkdómnum leyndum en með tímanum hefur hann áhrif á alla í fjölskyldunni. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.  
**00.10** Dagskrárlök

## GOLFSTÖÐIN

- 07.30** The Northern Trust Útsending frá The Northern Trust á PGA mótaröðinni.  
**12.30** Ladies Scottish Open Bein útsending frá Ladies Scottish Open á LPGA mótaröðinni.  
**15.30** The Open Specials  
**16.00** The Northern Trust Bein útsending frá The Northern Trust á PGA mótaröðinni.  
**22.00** Ladies Scottish Open Útsending frá Ladies Scottish Open á LPGA mótaröðinni.

## ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió  
FM 89,5 Retro  
FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan  
FM 93,5 Rás 1  
FM 95,7 FM957

## SJÓNVARP SÍMANS

- 6.00** Síminn + Spotify  
**12.00** Everybody Loves Raymond  
**12.20** The King of Queens  
**12.40** How I Met Your Mother  
**13.05** Bachelor in Paradise  
**14.55** Gordon, Gino and Fred. Road Trip  
**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** Top Gear  
**18.30** Top Gear. Extra Gear  
**18.55** Alone Together  
**19.15** Strúktúr  
**19.45** Speechless  
**20.10** Madam Secretary  
**21.00** The First  
**21.50** Jamestown  
**22.40** Kidding  
**23.10** SMILF  
**23.40** Escape at Dannemora  
**00.40** The Disappearance  
**01.25** Seal Team  
**02.10** MacGyver  
**02.55** Mayans M.C  
**04.30** Síminn + Spotify

## RÚV RÁS EITT

- 06.55** Morgunbæn og orð dagsins  
**07.00** Fréttir  
**07.03** Tríó  
**08.00** Morgunfréttir  
**08.05** Ljóðabókin syngur I  
**09.00** Fréttir  
**09.03** Samtalum heilbrigðisþjónustu  
**10.00** Fréttir  
**10.05** Veðurfregni  
**10.15** Bók vikunnar Fjallið í Kaupmannahöfn  
**11.00** Guðsþjónusta í Hallgrímskirkju  
**12.00** Hádegisútlit  
**12.20** Hádegisfréttir  
**12.40** Veðurfregni  
**13.00** Sögur af landi Bragð  
**14.00** Tengivagninn  
**15.00** Grár köttur Með óvæntum afleiðingum  
**16.00** Síðdegisfréttir  
**16.05** Sumartónleikar evrópskra útvarpsstöðva  
**17.25** Orð af orði  
**18.00** Kvöldfréttir  
**18.10** Hylðýpi  
**18.50** Veðurfregni  
**18.53** Dánarfregni  
**19.00** Óskastundin  
**19.40** Orð um bækur  
**20.35** Gestaboð Bolli Pétur og Vigfús Bjarni  
**21.30** Úr gullkistunni  
**22.00** Fréttir  
**22.05** Veðurfregni  
**22.10** Á reki með KK  
**23.10** Frjálsar hendur Austurrísk frú á Íslandi  
**00.00** Fréttir  
**00.05** Næturútlit Rásar 1

## STÖÐ 2 BÍÓ

- 10.30** Dear Dumb Diary  
**12.00** Absolutely Anything  
**13.25** Middle School. The Worst Years of My Life  
**15.00** The Fits  
**16.15** Dear Dumb Diary  
**17.45** Absolutely Anything  
**19.10** Middle School. The Worst Years of My Life  
**20.45** The Fits  
**22.00** American Made  
**23.55** 99 Homes  
**01.50** The Program  
**03.35** American Made

## STÖÐ 2

- 07.00** Strumparnir  
**07.25** Mæja býfluga  
**07.35** Tindur  
**07.45** Víkingurinn Viggó  
**07.55** Blíða og Blær  
**08.15** Dagur Diðrik  
**08.40** Latibær  
**09.05** Skoppa og Skritla á póstkorti um Ísland  
**09.20** Tommi og Jenni  
**09.40** Lukku láki  
**10.05** Ævintýri Tinna  
**10.30** Ninja-skjaldböðurnar  
**10.55** Friends  
**11.20** Ellen  
**12.00** Nágrannar  
**13.00** Nágrannar  
**13.25** Strictly Come Dancing  
**14.45** Strictly Come Dancing  
**15.25** Seinfeld  
**15.50** I Feel Bad  
**16.15** Masterchef USA  
**17.05** Sporðaköst  
**17.40** 60 Minutes  
**18.30** Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.  
**18.50** Sportpakkinn  
**19.05** Steindinn okkar - brot af því besta  
**19.40** Rikki fer til Ameríku  
**20.10** I Love You, Now Die  
**21.15** The Victim  
**22.15** Absentia  
**23.00** Crashing  
**23.30** The Son  
**00.15** Snatch  
**01.00** Sharp Objects  
**02.55** Sharp Objects  
**03.50** Silent Witness  
**04.45** Silent Witness  
**05.35** Pete Holmes. Dirty Clean

## STÖÐ 3

- 14.30** Seinfeld  
**14.55** Seinfeld  
**15.20** Seinfeld  
**15.45** Seinfeld  
**16.30** Seinfeld  
**16.55** American Idol  
**18.25** Who Do You Think You Are?  
**19.10** First Dates  
**20.00** True Detective  
**21.00** The Americans  
**22.10** Boardwalk Empire  
**23.10** The Mentalist  
**23.55** Wrecked  
**00.20** Empire  
**01.05** Tónlist

## STÖÐ 2 SPORT

- 08.40** Pepsi Max Mörk kvenna Leikirnir í Pepsi Max deild kvenna gerðir upp af sérfræðingum Stöðvar 2 Sport.  
**09.45** Brasilía - Perú Útsending frá úrslitaleik Copa America.  
**11.40** Atvinnumennirnir okkar  
**12.20** Leeds - Nottingham Forest Útsending frá leik í ensku 1. deildinni.  
**14.00** QPR - Huddersfield Útsending frá leik í ensku 1. deildinni.  
**15.40** ÍA - Breiðablik Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.  
**17.55** Atletico Madrid - Juventus Útsending frá leik í International Champions Cup.  
**19.40** Valur - FH Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.  
**22.00** Leeds - Nottingham Forest Útsending frá leik í ensku 1. deildinni.  
**23.40** QPR - Huddersfield Útsending frá leik í ensku 1. deildinni.

FM 96,3 FM Suðurland  
FM 96,7 Létt Bylgjan  
FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan  
FM 99,4 Útlit Saga  
FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin

LULOK ÚTSÖLULOK LULOK ÚTSÖLULOK

# SUMARMARKAÐUR

## 20-50% AFSLÁTTUR

30%  
AFSLÁTTUR



VIKING RASK GTX  
GÖNGUSKÓR  
VERÐ ÁÐUR 24.995 KR.  
VERÐ 17.497 KR.

50%  
AFSLÁTTUR



THE NORTH FACE  
SPEEDLIGHT BUXUR  
VERÐ ÁÐUR 17.995 KR.  
VERÐ 8.998 KR.

50%  
AFSLÁTTUR



DIDRIKSONS STRATUS  
JAKKI  
VERÐ ÁÐUR 16.995 KR.  
VERÐ 8.498 KR.

50%  
AFSLÁTTUR



DEVOLD NIBBA  
PEYSA  
VERÐ ÁÐUR 22.995 KR.  
VERÐ 11.498 KR.

50%  
AFSLÁTTUR



COLUMBIA TRAIL  
MAGIC JAKKI  
VERÐ ÁÐUR 34.995 KR.  
VERÐ 17.498 KR.

50%  
AFSLÁTTUR



MOUNTAIN HARDWEAR  
KOR STRATA JAKKI  
VERÐ ÁÐUR 34.995 KR.  
VERÐ 17.498 KR.

30%  
AFSLÁTTUR



GRISPORT  
VESUVIO SKÓR  
VERÐ ÁÐUR 18.995 KR.  
VERÐ 13.297 KR.

50%  
AFSLÁTTUR



DEVOLD HEROY  
BUXUR  
VERÐ ÁÐUR 29.995 KR.  
VERÐ 14.998 KR.

LULOK ÚTSÖLULOK ÚTSÖLULOK ÚTSÖLULOK

50%  
AFSLÁTTUR



COLEMAN SILVERTON  
250 SVEFNPOKI  
VERÐ ÁÐUR 14.995 KR.  
VERÐ 7.498 KR.

40%  
AFSLÁTTUR



COLEMAN KOBUK VALLEY  
4 MANNA TJALD  
VERÐ ÁÐUR 29.995 KR.  
VERÐ 16.197 KR.

40%  
AFSLÁTTUR



COLEMAN SLING  
STÓLL  
VERÐ ÁÐUR 11.995 KR.  
VERÐ 7.197 KR.

50%  
AFSLÁTTUR



CAMPINGAZ PARTY  
GRILL 400 CV  
VERÐ ÁÐUR 24.995 KR.  
VERÐ 12.498 KR.

# ELLINGSEN

FISKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVABRAUT 1-3 AKUREYRI / 580 8500 / Síðan 1916 / WWW.ELLINGSEN.IS

SÖLULOK



Katrín, hertogaynja af Cambridge, og Vilhjálmur á góðri stundu. Að minnsta kosti er glatt á hjalla eins og sagt er. Þau voru að taka þátt í góðgerðarsiglingamóti. Ansi langt orð það.



Einn allra besti söngvari heims, Adam Lambert, fór út að borða með Queen-strákunum í New York. Mætti með tösku – eins og vera ber.

# Frægir á ferð og flugi

Fræga fólkið hefur lítið verið í frí þetta sumarið og kóngafólkið er alltaf jafn upptekið. Hvert sem lítið er til þeirra sem frægir eru er ávallt stutt í brosið.



Módelið og sjónvarpskynnirinn Kelly Brook úti að ganga með vatnsflösku rétt við útvarpsstúdíó þar sem hún var að mæta í viðtal. Mikilvæg.



Söng- og leikkonan Ashlee Simpson í gøngutúr. Takið eftir sólgleraugunum. Ákaflega töff. Eiginmaðurinn Evan Ross og dóttirin Jagger Snow urðu eftir heima.



Penélope Cruz kemur á Film4-hátíðina í London í dásamlegum kjól.



Kanadíski söngvarinn og módelið Shawn Mendes ásamt Camilla Cabello kærustu sinni sem er öfunduð af ansi mörgum.



Gamli rokkhundurinn úr Limp Bizkit, Fred Durst, fór út að borða. Derhúfan er á sínum stað. Sumt breytist einfaldlega ekki hvernig sem verðin veltur.



Hasarhetjan og meistari dulargervanna í Hollywood, Matt Damon, kíkti út í góða veðrið í Los Angeles þar sem hann var að kíkja á vin sinn Jimmy Kimmel.



Chris Pratt og Katherine Schwarzenegger að kíkja á húseign sem er til leigu. Fasteignasalinn fylgir fast á eftir. Stórkostlegt þar þar á ferð.

# Dagur alltaf með grænu rúlluna

## „Náttúrulega dularfullt“

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri velur sér alltaf grænu rúlluna við opnun Hinsegin daga í Reykjavík. Hann segir málið hið dularfyllsta, grænn sé ekki einu sinni hans upphaldslitur, heldur rauður. Hann segist samt brenna fyrir grænni borg.

Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri Reykjavíkur, segir það hið dularfyllsta mál að hann mundi ávallt málningarrúlluna með græna litnum við setningu Hinsegin daga í borginni. Þetta hefur hann gert síðan 2016.

Eins og fram hefur komið voru gleðirendur málaðar á Klapparstíg í hádeginu í dag líkt og venja er orðin og má nú sjá regnboga milli Laugavegar og Grettisgötu. Venju samkvæmt tók Dagur þátt í að mála götuna en þetta hefur hann gert síðan hann varð borgarstjóri árið 2014.

#### Klapparstigur er Gleðigatan

Myndasafn Fréttablaðsins frá opunarhátíð Hinsegin daga síðustu ár sýnir að Dagur velur alltaf græna



Dagur segar að það sé tilviljun að hafa valið grænan enda sé hans upphaldslitur rauður. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

ÉG VEIT EKKI HVORT ÞAÐ ER DÝPRI MERKING Í ÞESSU. NEMA ÞAÐ AÐ ÉG BRENN FYRIR GRÆNNI BORG OG GRÆNU MÁLUNUM.

litinn. Hann segir léttur í bragði að málið sé hið dularfyllsta í samtali við Fréttablaðið.

„Við vorum að hlæja að þessu. Vegna þess að þetta er náttúrulega dularfullt,“ segir Dagur og hlær. Aðspurður segir hann að grænn sé ekki sinn upphaldslitur.

„Nei, rauður er reyndar upphaldsliturinn minn. En grænn er óneitanlega þarna fyrir miðju. Og við vorum að ræða hvort ég ætti að mála gulan eða grænan. En Gulli, formaður Hinsegin daga, vildi endilega taka gulu rúlluna,“ segir Dagur og vísar þar í Gunnlaug Braga Björnsson.

„Ég veit ekki hvort það er dýpri merking í þessu. Nema það að ég brenn fyrir grænni borg og grænu málunum,“ segir Dagur en hann segist ekki muna hvort hann hafi séð um græna litinn frá upphafi borgarstjórartíðar sinnar.

odduraevar@frettabladid.is

VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR

## NÝR OG GLÆSILEGUR RANGE ROVER EVOQUE



ABOVE & BEYOND

landrover.is



ENNEEM / SIA / NMP5139

LAND ROVER

HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK  
SÍMI: 525 6500

Range Rover Evoque. Verð frá: 7.890.000 kr.

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16

Lífið í vikunni  
04.08.19-  
10.08.19

### TEKUR SKELLINN SEINNA

Helga Þórey er forfallinn aðdáandi Þjóðhátíðar í Eyjum. Hún hefur farið í heil fjórtán skipti. Helga segir það mikinn kost að þekkja til heimamanna, því það sé langskemmtilegast í hvítu tjöldunum. Hún segir að þa sé vissulega kostnaðarsamt að fara á Þjóðhátíð, en maður taki bara skellinn seinna.



### LISTAHÁTIÐIN PLAN-B Í BORGARNESI

Um helgina fer fram listahátíðin Plan-B í Borgarnesi. Þetta er í fjórða skiptið sem hátíðin er haldin. Skippuleggjendur hátíðarinnar vilja stuðla að auknu framboði samtímalistar á landsbyggðinni.



### VELHEPPNAÐUR INNIPÚKI

Tónlistarhátíðin Innipúkinn var haldin með pompi og prakt síðastliðna helgi. Skipuleggjendur segja þetta einn stærsta Innipúka hingað til. Gífurlega vel var mætt á tónleikana og uppselt öll kvöld. Hátíðin var færð út á Granda í ár, sem gekk vonum frammar.



### PRJÓNALIST Í GALLERY PORTI Í DAG

Í kvöld opnar textilhönnuðurinn Ýr Jóhannsdóttir sýningu í Gallery Porti. Hún tekur notaðar peysur og gefur þeim nýtt líf í formi prjónaðra líffæra eða líkamsparta. Í sumar rannsaði hún kartöflur í þaula ásamt sviðslistahóp sem hún tilheyrir og heitir CGFC.



Smáratorgi | Holtagörðum | Akureyri | Ísafirði

## Freistandi útsölutilboð



**LOKAVIKAN LÝKUR**  
SUNNUDAG 11. AGÚST

www.dorma.is

VEFVERSLUN  
**ALLTAF OPIN**

Sumar útsala  
ALLT AÐ  
**60%**  
AFSLÁTTUR

Afgreiðslutími Rvk  
Mánud. til föstud. kl. 11.00-18.30  
Laugard. kl. 11.00-17.00  
Sunnud. kl. 13.00-17.00 (Smáratorgi)

Holtagörðum, Reykjavík  
Smáratorgi, Kópavogi  
Dalsbraut 1, Akureyri  
Skeiði 1, Ísafirði

**DORMA**  
Láttu drauminn raetast



Ásta Krístrún Ragnarsdóttir stendur fyrir sýningu á verkum frænda síns í Hannesarholti. MYND/ÚR EEINKASAFNI

## Arfleifðin er sem ævintýrakista

Ásta Krístrún stendur fyrir sýningu á verkum Jóns Vilhjálms, sem er frændi hennar. Þau og fjölskyldan eiga merki-lega og áhugaverða sögu.

Ásta Krístrún Ragnarsdóttir stendur fyrir sýningu á verkum frænda síns, hans Jóns Vilhjálms. Sýningin fer fram á Hannesarholti og verður opnuð laugardaginn 17. ágúst.

„Sólarbróðir minn, Jón Vilhjálmur Stefánsson sem er á leiðinni til landsins, hefur haft litrík sólkerfin undir í myndlist sinni síðan ég sá hann fyrst,“ segir Ásta Krístrún.

„Við erum systkinabörn og þegar hann var hippi í listnámi í Berkeley Kaliforníu og ég var 17 ára, þá dvaldi ég hjá þeim mæðginum, Kótu föðursystur minni og Johnny frænda.“

Kata, föðursystir Ástu, varð ekkja þegar hann, einkasonurinn, var rétt fjögurra ára en þegar hún sjálf var rétt ári eldri var hún numin á brott af hjónum sem gátu ekki eignast barn saman.

„Hún hafði farið til Bandaríkjanna með móður sinni og tveimur systkinum þegar þessi hörmulegi atburður átti sér stað. Katrín kom ekki í leitirnar aftur fyrir en 12 árum síðar, þá 17 ára. Við lok grunnskóla gaf uppeldissystir hennar henni sparifé sitt og hvatti hana til að hlaupast á brott.“

**SÓLARBRÓÐIR MINN, JÓN VILHJÁLmur STEFÁNSSON SEM ER Á LEIÐinni TIL LANDSINS, HEFUR HAFT LITRÍK SÓLKERFIN UNDIR Í MYNDLIST SINNI SÍÐAN ÉG SÁ HANN FYRST.**

Alla tíð síðan hefur stórfjölskyldan haft hugann við hana og son hennar í þátið og nútíð.

„Jón Vilhjálmur er högvær og rólegur maður en í verkum hans brjótast fram eldheitir litir kalifornískrar náttúru sem eru ekki svo ólíkir þeim sem krauma inni í eldfjallasprungum.“

Sjálfur segir hann að drifkraftur hans komi frá uppruna alls lífs á jörðu, myndun jarðar og síðan lífríkis en líka frá þeirri mögnuðu staðreynd sem lýtur að inngripi mannanna.

„Á námsárunum í akademíunni í Berkeley vann hann sem leigubílstjóri samhliða náminu og ók þá nær daglega manninum sem talinn er faðir vetnissprengjunnar, Edward Teller, til og frá rannsóknarstöðinni í Berkeley-hæðum og við þær aðstæður fór hugurinn á flug inn í leyndardóma vísindanna.“

En í æðakerfi frænda Ástu, listamannsins, kraumar fleira, tónlist og ástríki. Í gegnum árin hefur Valgeir, eiginmaður Ástu, sent honum tónlist sína og Jón Vilhjálmur svarað með mynd. Myndin Popplag

í G-dúr er dæmi um eina slíka.

„Sem einbirni hefur það ekki verið flókið fyrir hann að gera mig að systur sinni á Íslandi né fyrir mig að beita mér fyrir því að kynna verk hans í hans móðurlandi.“

Arfleifðin hefur verið Ástu hugleikin í gegnum tíðina, og er fyrir henni eins konar ævintýrakista sem geymir urmúl óvæntra tenginga og upplýsinga frá fyrri tíð.

„Amma okkar Jóns Vilhjálms, Krístrún, fór og leitaði afa okkar í Bandaríkjunum en hann hafði yfirgefið hana og börnin fimm og flutt vestur um haf. Krístrún Tómasdóttir Benediktsson var listakona af Guðs náð. Hún var merk tónlistarkona pianisti, myndlistarkona og að auki með ótæmandi áhuga á vísindum og þá aðallega þeim hluta sem tengdist stjórnufræði og eðlisfræði.“

Þótt amma hennar hafi ekki getað haft áhrif á mótun Johns á þroskaferlinum er samhljómurinn við eiginleika og viðfangsefni móður-ömmunnar sláandi að sögn Ástu.

„Jón Vilhjálmur malar ávallt undir áhrifum tónlistar, er gagntekinn af vísindum og þeirri eðlisfræði sem var farin að lita líffólks á 20. öldinni í byltingunni sem fylgdi þekkingunni við að kljúfa atómin og þróun kjarnorkunnar.“

Ásta og Jón gáfu sýningunni heitið „Úr undrakistu alheimsins“. Hún verður opnuð laugardaginn 17. ágúst kl. 15 í Hannesarholti. Þetta er önnur sýning sem Ásta stendur fyrir með verkum frænda síns.

steingerdur@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGAÐELDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðarsdóttir johannahelga@frettabladid.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Gústaf Bjarnason gustaf@frettabladid.is, Hjördis Zoëga Hjördis@frettabladid.is, Sigfús Örn Einarsson sigfus@frettabladid.is, Svava O'Brien svava@frettabladid.is, Örn Geirsson orn.geirsson@frettabladid.is FÓLK/SERBLÓÐ SÍMI 550 5077: Atli Bergmann atli@frettabladid.is, Arnar Magnússon arnar@frettabladid.is, Jóhann Waage johannwaage@frettabladid.is, Jón Ivar Vilhelmsson jonivar@frettabladid.is, Ruth Bergsdóttir ruth@frettabladid.is FÓLK OG SERBLÓÐ EFNÍ: Benedikt Boas Hinriksson benediktboas@frettabladid.is RÁÐAUGLÝSINGAR / FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason hrannar@frettabladid.is, Viðar Ingi Pétursson vip@frettabladid.is ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@frettabladid.is, Guðrún Inga Grétarsdóttir gudruninga@frettabladid.is



8. - 11. ÁGÚST

- AÐEINS Í -

FJÓRA DAGA

# LAGERSALA

## AÐEINS SEX VERÐ

3.000 KR // 5.000 KR // 7.000 KR // 10.000 KR  
15.000 KR // 20.000 KR

POLO BOLIR // GOLF- OG GÖNGUBUXUR // REGNFATNAÐUR // ÚLPUR  
PRIMALOFT JAKKAR // BARNAFATNAÐUR OG FLEIRA

### OPNUNARTÍMI

8. ÁGÚST  
12 - 18

9. ÁGÚST  
12 - 18

10. ÁGÚST  
11 - 18

11. ÁGÚST  
12 - 18

**BYKO**

# GÁMMA



**43%**

**Broil King**  
Great Barbecues Every Time

**Tilboðsverð**

**Gasgrill**

ROYAL 320 með þremur ryðfríum brennurum og grillgrindum úr pottjárni sem hægt er að snúa við.

**39.995**

50657512

Almennt verð: 69.995



Kílóvött **8,8** Brennarar **3**

**43%**

**NAPOLEON**

**TRAVELQ**  
PORTABLE GAS GRILL

**Tilboðsverð**

**Ferðagasgrill**

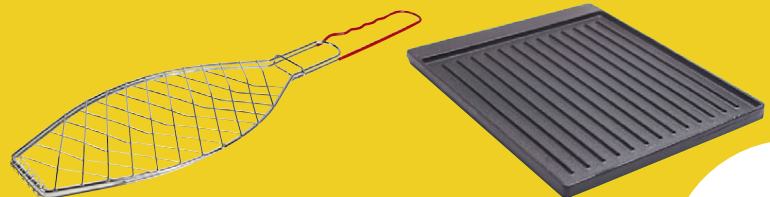
TRAVELQ með vagni. Þú ferð létt með að grilla hamburgara fyrir alla á tjaldsvæðinu!

**33.995**

50660012

Almennt verð: 59.995

Kílóvött **4,1** Brennarar **2**



**Allir grillfylgihlutir á 25% afslætti**

**25%**



Okkur er annt um umhverfið og við hjálpum þér að finna umhverfisvottaðar vörur í verslunum okkar.

Kynntu þér umhverfisstefnu BYKO á [byko.is/umhverfismal](http://byko.is/umhverfismal)



**SJÁLFBÆRIR SKÓGAR**

Við kaupum timbur úr vottuðum sjálfbærum skógum því við gerum okkur grein fyrir þeirri ábyrgð sem hvílir á okkur þegar kemur að loftslagsmálum.

**VIÐ SKIPTUM YFIR Í BRÉFPOKA**

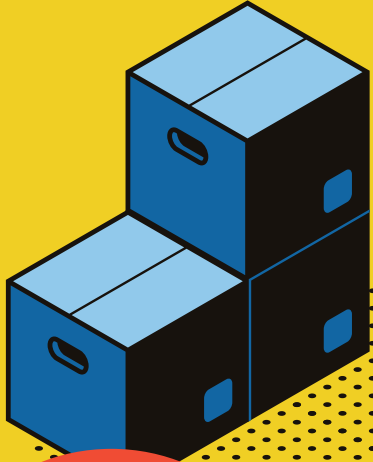
Við hættum alfarið sölu á burðarpokum úr plasti árið 2020.



Auðvelt að versla á [byko.is](http://byko.is) • Sendum út um allt land

# Fjórar vörur á frábæru verði

# SALA!



**Tilboðsverð**

**McCULLOCH**

**Bensínláttuvél**

M46-125P Classic+. Með drifi og fjörgengis B&S mótör 1,6kW. Sláttubreidd 46cm. 6 þrepa hæðarstilling. 50l. safnpoki.

**39.995**

53326837

Almennt verð: 69.995



**43%**

**Einhell**

**Tilboðsverð**

**Bensínláttuvél**

GC-PM 46/3 S 2,0kW. Kröftug sláttuvél sem létt er að stjórna og ræður við erfiða og stóra garða, 46 cm sláttubreidd og 55 lítra safnpoki.

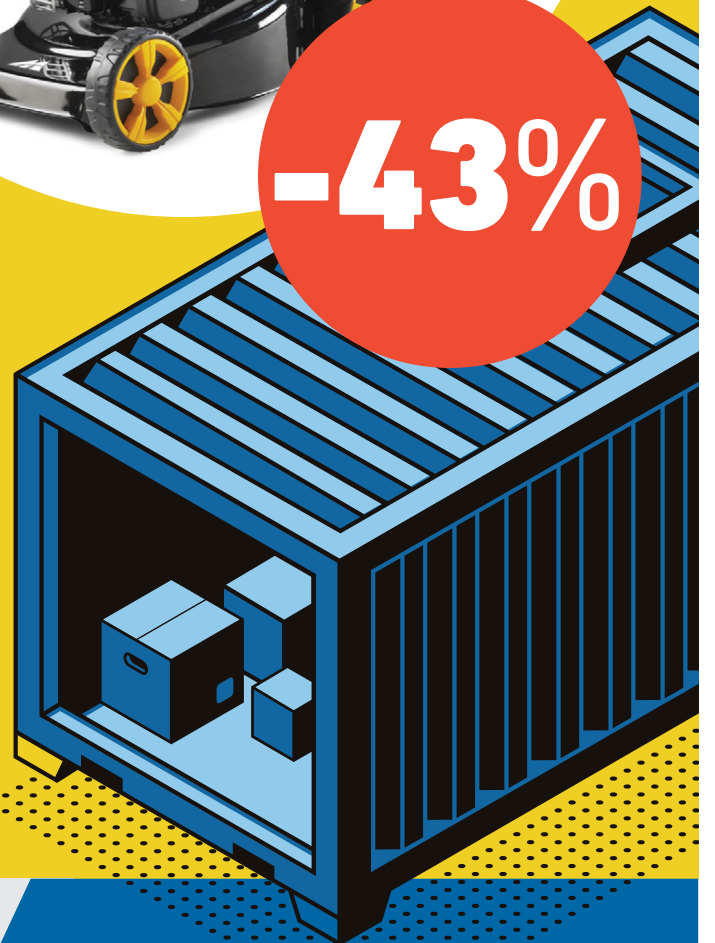
**39.995**

748300653

Almennt verð: 69.995



**-43%**



## Á SELFOSSI ER HRAÐ- HLEÐSLA

FYRIR RAFBÍLA VIÐ VERSLUN

Í apríl opnuðum við tvær hleðslustövar fyrir utan verslun **BYKO Breidd** og í maí opnuðu tvær stöðvar við verslun **BYKO Selfoss**, þar af ein hraðhleðslustöð. Við stefnum svo á að opna hleðslustöð við **BYKO Akureyri** síðar í sumar.

**on**  
ORKA NÁTTURUNNAR



SAMAN  
BÆTUM VIÐ  
ANDRÚMS-  
LOFTIÐ

NOTAÐU  
**on**  
LYKILINN

# BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN



# 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 VIÐSVEGAR UM LANDIÐ.  
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.



FRÉTTABLAÐIÐ  
mest lesna dagblað landsins.

Póst dreifing Dreifing dreifing@postdreifing.is  
Ef blaðið berst ekki 800 1177

## BAKÞANKAR

Sirryjar  
Hallgrímsdóttur



## Lestarslys

Þessuð síðanefndin. Án hennar væri Orkupakkinn einn til umræðu og allar sólarstundir sumarsins dygðu ekki til að yfirvinna leiðann af því argaþrasi. Það áhugaverðasta við síðanefndarumræðuna er kannski að það var svo fyrirsjáanlegt að þetta fyrirkomulag gengi ekki upp. Þetta er eins og að horfa á lestarslys í hægri endursýningu, maður sér hvernig teinarnir liggja, endalokin óumflýjanleg.

Það er ekki annað hægt en að brosa að því þegar þingmenn koma nú fram og eru steinhissa á því að þetta síðanefndarferli virki ekki. Ýmsum þeirra (Þórhildi Sunnu og Pírötum) kom mjög á óvart að síðareglurnar tækju til þeirra, síðareglurnar áttu að góma hina. En um flesta virðist gilda að þeir héldu í alvörunni að þetta væri fint kerfi, síðanefnd hlyti að vera málið.

En hver var tilgangurinn. Jú, það átti að auka traust kjósenda á Alþingi og hvað væri betra til þess en síðanefnd?

Vandinn er sá að með stofnun síðanefndar Alþingis voru þingmenn að senda almenningi þau skilaboð að ekki væri hægt að treysta síðferðiskennnd kjósenda, þeir þyrftu sérfræðinganeft til að útskýra hvort þingmenn væru síðlegir eða ekki. Það væri greinilega ekki hægt að treysta kjósendum til að refsa þeim þingmönnum sem brytu síðareglur í kosningum.

Ef þingmenn vilja ávinna sér traust kjósenda, þá verða þeir sjálfir að treysta kjósendum. Það hjálpar síðan ekki upp á trausti þegar aulaskapurinn í kringum þessa síðanefnd blasir við. Manni verður nefnilega hugsað til allra þeirra flóknu mála sem þessi þingmannahópur þarf að fast við og það er ekki til þess fallið að vekja traust.

Verð óður: **1.990**  
**990** KR/KG  
**GOTTIRI**  
Kvikk  
ON THE GO

**Doktor.is**

- Fræðsla
- Ráðgjöf
- Forvarnir

Er þú með heimilislækni?  
Nýtt líf með fullri reisni



**NÝTT LANKMOJ**  
minnisbækur  
495,-/2 í pk.



**SAMLA** kassi  
með loki 500,-



**FULLFÖLJA**  
gelpennar  
350,-/3 í pk.



**KUNGSBLOMMA**  
sængurverasett  
B150xL200cm 2.690,-

**NÝTT SUSIG**  
skrifborðsmotta  
995,-



**RIGGAD**  
skrifborðslampi  
með þráðlausri  
hleðslu 9.990,-

## 100% nemandi

Ertu að búa þig undir skólann? Góður undirbúningur getur sparað mikinn höfuðverk þegar líða tekur á skólaárið. Nám er að sjálfsgöðu vinna og því er nauðsynlegt að huga að góðum svefni, lýsingu og auðvitað minnisbókum svo skipulagið haldist! Við eigum fjölbreytt úrval af vörum sem henta fullkomlega fyrir þennan annasama tíma. Svo má ekki gleyma næringunni – fjölnota kaffimál og matarilát fyrir nestið hjálpa þér að viðhalda orkunni meðan setið er yfir námsbókunum. Kíktu til okkar og gerðu allt 100% klárt fyrir námið!



**FULLFÖLJA** minnisbækur  
250,-/stk.



**NÝTT**  
**2.290,-**

**LACKISAR** hirsla  
B69xD51, H19cm



**NÝTT**  
**UPPLADDA**  
kæliflaska með  
röri 795,-



**NÝTT**  
**IKEA 365+**  
nestisbox 495,-



**NÝTT**  
**195,-**

**TROLIGTVIS** ferðabolti



**2.990,-**

**ENEBY**  
Bluetooth-ferðahátalari



**STARTTID**  
bakpoki 7l  
995,-



**KUNGSFORS** netapokar  
695,-/2 í setti



**NÝTT SKUGGBRÄCKA**  
sængurverasett  
B150xL200cm 2.690,-



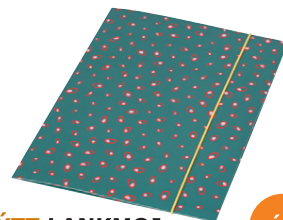
**MARIUS**  
kollur  
695,-



**NÝTT**  
**TJENA** hirsla á  
skrifborð 895,-



**NÝTT**  
**LILLHULT** snúra,  
lightning/USB 1,5m  
1.190,-



**NÝTT LANKMOJ**  
mappa 195,-



**NÝTT**  
**7.950,-**

**NIKKEBY** fatarekki

### VEITINGASTAÐURINN

Aðeins í ágúst

Hálfur kjúklingur  
og meðlæti

**995,-**



Ýsa í orlydeigi  
og meðlæti

**995,-**



Ver slun opin 11-21 alla daga - Veitingasvið opið 9:00-20:30 - [IKEA.is](http://IKEA.is)

