

Áhætta að útbúa íslenskt bókunarkerfi

Ráðherra segir áhættusamt að stofna íslenska bókunarkerfi til höfuðs erlendum. Framkvæmdastjóri SAF vill skoða málið og leggja í greiningu.

FERÐAÞJÓNUSTA Ráðherra ferðamála segir að vakin hafi verið athygli á möguleika á að setja upp sérislenskt bókunarkerfi til þess að losna undan hárrí söluþóknun sem fyrirtæki í ferðaþjónustu greiða erlendum bókunarsíðum fyrir bókunir ferðamanna í gegnum síðurnar. Til dæmis er áætlað að söluþóknunir bókunarrisans Booking.com vegna sölu gistingar á Íslandi nemi að minnsta kosti fimm milljörðum á ári miðað við 15 prósentu þóknun af heildarkostnaði gistingar. Þórdís segir þó að því fylgi talsverð áhætta að ætla að markaðssetja slíkt bókunarkerfi með tilætluðum árangri.



Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, ráðherra ferðamála.

Íslensk fyrirtæki í greininni væru til í að draga úr framboði á stóru síðunum og inn í svona kerfi. Ég held að þetta sé þess virði að skoða betur, en það er mörgum spurningum ósvarað.

Ferðamálastofa sendi í júlí ábendingu til Samkeppniseftirlitsins um starfsemi Booking.com. Telur Ferðamálastofa álitamál hvort skilmálar fyrirtækisins standist samkeppnislög þar sem þeir feli mögulega í sér íþyngjandi skilyrði fyrir viðskiptavini þess og hindri þar með eðlilega samkeppni.

Ferðamálastofa segir að margt bendi til þess að markaðshlutdeild Booking.com hafi náð yfir 50 prósentum á umræddum markaði og á þeirri forsendu sé líklegt að fyrirtækið teljist hafa markaðsráðandi stöðu hérlandis.

Jóhannes segir samtal á milli Samtaka ferðaþjónustunnar og norrænna og evrópskra systursamtaka á hótél- og veitingamarkaði um ýmis atriði varðandi skilmála erlendu bókunarkerfanna. „Sum þessara atriða hafa komið fyrir dómstóla en þau mál hafa ekki unnist. Okkar hlutverk er að tryggja hagsmunir fyrirtækjanna gagnvart þessari markaðsráðandi stöðu síðanna. Þá er mikilvægt að vel sé fylgst með þeim reglum sem gilda innan EES og á Íslandi. Þetta eru miklir hagsmunir. Það og aðrar lausnir, eins og að búa til fleiri kanala þar sem hægt er að bóka til dæmis gistingu, þetta þarf allt að vinnast saman.“ —ósk

„Það getur verið þungbært fyrir lítil fyrirtæki að treysta á utanaðkomandi síður til að sinna bókunum fyrir sig á sama tíma og það getur verið ein mikilvægasta aðferð þeirra til að koma þjónustu sinni á framfæri gagnvart ferðamönnum og ákveðnum mörkuðum. Þegar skoðaður er rekstur fyrirtækja í greininni má sjá að mörg þeirra eru að greiða hátt hlutfall til þessa,“ útskýrir Þórdís og segir eðlilegast að ef uppsetning á íslenskri bókunarkerfi kemur til frekari skoðunar ættu Samtök ferðaþjónustunnar að leiða þá vinnu, þ.e. greinin sjálf.

Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar, segir að hugmyndum um stofnun slíks bókunarkerfis hafi verið velt upp í viðleitni til þess að minnka hversu háð íslensk fyrirtæki í greininni eru erlendum bókunarsíðum. Nauðsynlegt sé að leggja í greiningu á því hvað stofnun slíks kerfis fæli í sér. „Ég held að þetta sé hægt. Hins vegar eru stóru bókunarsíðurnar eins og Booking.com með markaðsráðandi stöðu á heimsvísu. Það er verðugt umræðuefni að hve miklu leyti



Alls mættu rúmlega 50 þúsund manns á tónleika Eds Sheeran á Laugardalsvelli um helgina. Sheeran var einn á sviðinu og heyrðist í honum víða um borgina. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

FRÉTTABLAÐIÐ Fleiri myndir frá tónleikunum er að finna á +PLÚS-síðu Fréttablaðsins. Fréttablaðið +PLÚS er í Fréttablaðs-appinu og PDF-útgáfu á Fréttablaðið.is.

Lögregla skoðar hvort fært sé fyrir kafara

LÖGREGLUMÁL „Þeir hópar sem voru í verkefnum við Þingvallavatn kláruðu sín verkefni síðdegis. Nú er það lögreglan sem tekur ákvörðun um framhaldið,“ segir Davíð Már Bjarnason, upplýsingafulltrúi Landsbjargar. Björgunarsveitir leituðu um helgina að erlendum ferðamanni í og við Þingvallavatn. Gengið var með hunda og notast var við bát við leitina.

Lögreglan á Suðurlandi hefur í samráði við sérsveit Ríkislögreglustjóra athugað hvort fært sé fyrir kafara að kafa niður við inntak Steingrimsstöðvar.

Talið er að ferðamaðurinn hafi verið einn á ferð. Utanríkisþjónustan hefur haft samband við fjölskyldu hans. — ab

Fréttablaðið í dag

Halldór



SKOÐUN Guðrún Hafsteinsdóttir ræðir um að halda kolefnissporinu í lágmarki. **8**

SPORT Raheem Sterling var úthrópaður en er dýrkaður og dáður í dag. **12**

TÍMAMÓT Genfarsamningarnir sjötíu ára í dag. Aldrei mikilvægari, segir utanríkisráðherra. **14**



LÍFIÐ Margrét Erla Maack heldur námskeið í veislustjórn. **22**

PLÚS 3 SÉRBLÖÐ • FÓLK
• FASTEIGNIR • EININGAHÚS

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

AUSTURBÆR
VIÐBURÐAHÚS
FUNDIR, VEISLUR
TÓNLEIKAR & FL.
3 SALIR
50 - 1.000 GESTIR

Tales from Iceland LUXOR

518 4000 / info@tales.is

Betolvex B-12

Betolvex 1 mg cyanocobalamin.

Fæst án lyfseðils

1 mg (cyanocobalamin) filmhúðaðar töflur
Betolvex inniheldur 1 mg af cyanocobalamin (B12-vítamíni). Betolvex er gefið við B12-vítamínskorti og þegar hættu er á slíkum skorti. Viðhaldsskammtar/ fyrirbyggjandi meðferð: Venjulega 1 tafla á dag. Töflurnar skal helst taka á fastandi maga. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is

Actavis 01/2022

FLOREALIS

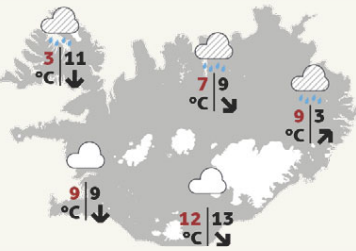
Haltu þínu striki!

Harpatinum við gigtar- og liðverkjum. Bætur hreyfigetu og dregur úr stírléika.

Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á [serlyfjaskra.is](http://www.serlyfjaskra.is).

Fæst án lyfseðils í næsta apóteki Viðurkennt af Lyfjastofnun

Veður



N- og NV, 10-18 m/s. Rigning NV-lands, slydda/snjókoma til fjalla. N 10-18 m/s á morgun, lægir styttir upp A-til síðdegis. Hiti 3 til 8 stig, lengst af bjart syðra, hiti 10 til 15 stig. **SJÁ SÍÐU 16**



Guðmundur leigir út barnabílstóla.

Keypti upp lagerinn hjá VÍS

VIÐSKIPTI Fyrirtækið Barnabílstólar.is hefur keypt upp lager Tryggingafélagsins VÍS af barnabílstólum og er byrjað að leigja þá út, en VÍS hætti í apríl útleigu á bílstólum til viðskiptavina sinna.

Mikil eftirspurn er eftir barnabílstólum til útleigu og segir Guðmundur Birgir Ægisson, eigandi Barnabílstóla.is og fyrrverandi starfsmaður VÍS, að viðskiptavinir hans hafi tekið vel í hugmyndina.

Fyrst það er enginn annar að gera þetta þá ákvað ég bara að gera þetta sjálfur

Guðmundur Birgir Ægissonn, eigandi Barnabílstólar.is

„Hvert barn þarf að meðaltali þrjú barnabílstóla á ævinni og getur það verið mjög kostnaðarsamt fyrir foreldra. Ég þekki þennan bransa vel, á sjálfur barn og fyrst það er enginn annar að gera þetta þá ákvað ég bara að gera þetta sjálfur,“ segir Guðmundur.

„Ég fór út núna í júní til framleiðanda stólanna og fór þar yfir praktísk atriði, en öryggið er sett á oddinn hjá okkur. Ef eitthvað kemur upp á eða þegar barnið stækkar þá fær fólk nýjan stól,“ segir Guðmundur. – bdj

Landsliðið tapaði á Víðistaðatúni



Íslenska landsliðið í krikket tapaði fyrir Wessex Old Boys á Víðistaðatúni í Hafnarfirði í gær. Lið Wessex er það fyrsta til að vinna okkar menn á heimavelli frá árinu 2015. Íslenska liðið tapaði með 29 stigum, 152 gegn 181. Krikket á ekki djúpar rætur hér á landi þrátt fyrir að bent hafi verið á líkindi íþróttarinnar við knattleik sem leikinn var hér á landi á miðöldum. Landsliðið lék sinn fyrsta landsleik í fyrrasumar. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Bergmáli vel tekið í Sviss

MENNING Íslenska kvikmyndin Bergmál eftir Rúnar Rúnarsson var frumsýnd í gær á kvikmyndahátíðinni í Locarno í Sviss.

Rúnar segir viðbrögðin hafa verið ótrúleg og farið fram úr björtustu vonum. „Það eru frábærir listamenn og fagfólk sem kom að gerð Bergmáls. Þessi viðbrögð eru heiður fyrir okkur öll og viðurkenning fyrir íslenska kvikmyndagerð,“ segir Rúnar.

Í myndinni eru sagðar örsögur úr samtímanum sem mynda samtímaspegil frá Íslandi. Þær byrja í aðdraganda jóla og enda á nýársdag.

Lilja Ósk Snorradóttir, framleiðandi hjá Pegasus, segir að hátt í þrjú þúsund manna aðalsalur hátíðarinnar hafi verið fullur og að gestir hafi fagnað með dynjandi lófataki. Hún segir það vera mikinn heiður fyrir þá sem standa að myndinni.

Bergmál fer í almennar sýningar fyrir komandi jól. – ab

Óttast stanslaust gelt og óþrif af hundagerði

Bylgja mótmæla reis vegna áförmála Kópavogsbæjar um hundagerði í Fossvogsdal. Alls skrifuðu 183 undir mótmælaskjöl, þar af sex Reykjavíkurmegin í dalnum. Meginagagnrýnin lýtur að ónæði, óþrifnaði og aukinni bílaumferð.

DÝRAHALD „Við getum átt von á stanslaust geltandi hundum allan sólarhringinn,“ segir í einu mótmælalibréfi vegna áförmála Kópavogsbæ um að setja upp hundagerði í Fossvogsdal neðan íbúagötunnar Álfatúns og ofan Fossvogsskóla.

Eins og kom fram í Fréttablaðinu síðastliðinn þriðjudag hættu bæjaryfirvöld í Kópavogi við að koma fyrir hundagerði með tíu bílastæðum á umræddum stað vegna athugasemda íbúa í dalnum við tillöguna. Finna á nýjan stað fyrir gerðið.

Alls skrifa 183 undir mótmælaskjöl. Þar af eru flestir í Álfatúni. Eitt mótmælalibréfi barst frá íbúum í Haðalandi sem er Reykjavíkurmegin í Fossvogsdal. Meginstefin í athugasemdunum eru ónæði vegna aukinnar umferðar og ónæði vegna hávaða og óþrifnaðar frá hundunum sjálfum. Miðað við gagnrýni íbúanna myndi litlu breyta þótt hundasvæðinu yrði valinn staður annar staðar í dalnum

„Við mótmælum öll,“ segir í samþykkt húsfélagsins Álfatún 17-25. „Við ætlumst til að bæjaryfirvöld finni slíkri hundagerðingunni annan stað en á hlaðvarpanum okkar eða annarra íbúa bæjarins.“ Því sé annmælt að nokkrir íbúar beri hitann og þungann af sérstöku hundasvæði með tilheyrandi ónæði og óþrifnaði.

Þrenn hjón við Haðaland segja í sínu bréfi að ljóst sé að umferð að hundagerðinu muni að miklu leyti verða um Haðaland að bílastæðum við Fossvogsskóla. Hundgá muni valda ónæði og óþrifnaðar og smit-sjúkdómahætta fylgja. „Hundagerðið mun því þjóna litlum hluta íbúa en verða mörgum til ama,“ segja



Hundagerðinu var ætlaður staður rétt ofan við Fossvogsskóla, þar sem stigar mætast og byggðin er hvað þéttust í Fossvogsdal. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Hundagerðið mun þjóna litlum hluta íbúa en verða mörgum til ama.

Íbúar í Haðalandi

ég vil mótmæla þessum aðgerðum er sóðaskapurinn og lætin sem stafa af hundum og ég kæri mig ekki um að búa hér við stanslaust gelt og köll allan sólarhringinn,“ segir þessi íbúi.

„Gildi Fossvogsdalsins sem úti-vistarsvæðis fyrir börn minnkar og sömuleiðis torveldar það aðgengi hjólreiðamanna og gangandi vegfarenda um Dalinn þar sem aðal-samgöngukerfi Dalsins – göngu-stígakerfi – verður rofið með hundagerðinu svo tilheyrandi sveigjur og beygjur koma til og skerða lífsgæði íbúa við Dalinn,“ segir í einu bréfanna sem barst í mörgum eintökum og fjölmargir undirrita. gar@frettabladid.is

Fyrir sultugerðina



98 kr./stk.

Koop Sultukrukka
Gler, 370 ml

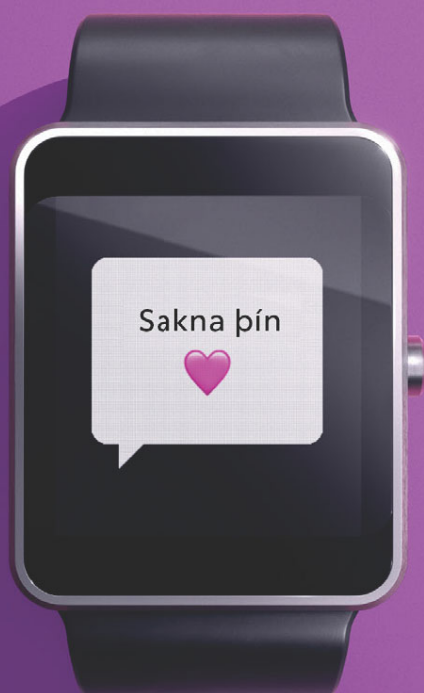
BONUS

EKKERT BRUÐL



TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY



AYGO

KOMASO



VERTU Í SAMBANDI MEÐ SNJALLARI AYGO

Verð frá: 1.960.000 kr.

AYGO státar af glæsilegu útliti og enn betra rými að innan og beinni tengingu við snjallsímann þinn svo að þú njótir ferðarinnar enn betur.

2 ára þjónustupakki fylgir með nýjum Aygo, viðskiptavinum að kostnaðarlausu. Nú er 7 ára ábyrgð á öllum nýjum Toyota bifreiðum.

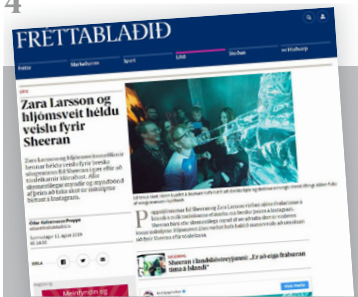


Toyota Kaupúni
Kaupúni 6

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19

Toyota Selfossi
Fossnesi 14



FRÉTTABLAÐIÐ IS

1 „Zara Larsson og hljómsveit héldu veislu fyrir Sheeran“

Zara Larsson og hljómsveitarmeðlimir hennar héldu veislu fyrir Ed Sheeran.

2 „Miley og Liam skilin innan við ári frá brúðkaupinu“

Miley Cyrus og Liam Hemsworth eru skilin en minna en ár er síðan þau giftu sig.

3 „Röðin í Sheeran-búðina nær yfir alla Kringluna“

Gríðarlega löng röð hefur myndast úr Ed Sheeran-búðinni.

4 „Aðdáendur Sheeran misstu sig: „Hlakkaði mest til þessa“

Það ætlaði allt um koll að keyra þegar rauðhærða sjarmatröllið Ed Sheeran birtist loksins á sviðinu.

5 „Þúsund þurft að flýja vegna skógarelda á Kanaríeyjum“

Þúsund heimamenn á Kanaríeyjum hafa þurft að yfirgefa heimili sín vegna skógarelda.

Allar nýjustu fréttir og blað dagsins eru fánleg á www.frettabladid.is

Skiljanlegt að fara í baklás

SKIPULAGSMÁL Bygðarráð Rangárþings eystra hefur ítrekað athugasemdir vegna áforma stjórnvalda um stofnun þjóðgarðs á miðhálandinu.

Bygðarráðið vitnar í fyrri bókun þar sem minnt var á að nefnd sem umhverfis- og auðlindaráðherra skipaði vorið 2018 hafi verið að vinna að því hvernig eigi að stofna miðhálandisþjóðgarð yfirleitt. „Svo virðist sem gleymst hafi að velja því fyrir sér hvort það ætti að fara í þá vegferð,“ segir bygðarráðið. Borið hafi á því að sveitarfélög séu neikvæð:

„Það er vel skiljanlegt á margan hátt og eðlilegt að sveitarfélög fari í baklás þegar þverpólitísk nefnd er byrjuð að vinna að skipulagsmálum sveitarfélaga til dæmis með að ákvarða mörk nýs þjóðgarðs, aðkomuleiðir, áningarstaði og uppbyggingu. Það er og á að vera hlutverk sveitarfélaganna.“ – gar

Bregðast þarf við fjölgun kínverskra ferðamanna

Miðað við samnorræna rannsókn má búast við tvöföldun kínverskra ferðamanna á Norðurlöndunum á árunum 2017 til 2022 og þykir Ísland eftirsóknarverður áfangastaður allt árið um kring. Skortur er á kínversku mælandi leiðsögumönnum og bæta þarf innviði til að takast á við þetta að sögn framkvæmdastjóra SAF.

FERÐAÞJÓNUSTA Íslandsstofa kom að markhópagreiningu í Kína á síðasta ári í samstarfi við hin Norðurlöndin. Að sögn Daða Guðjónssonar, verkefnisstjóra viðskiptaþróunar, var markmiðið að kanna tækifærin og sjá sameiginlega hagsmuni sem nýta mætti í markaðsrannsókn. Hvernig hægt væri að fjölga kínverskum ferðamönnum með sjálfbærum hætti, auka dreifingu þeirra og minnka árstíðasveiflu. Samkvæmt rannsókninni kom fram að áætlaður fjöldi gistinátta Kínverja myndi aukast úr 1,7 milljónum árið 2017 í 3,42 milljónir árið 2022 á öllum Norðurlöndum. Sem sagt tvöfaldast á aðeins fimm árum. En undanfarin ár hefur hlutdeild Kínverja verið nokkuð stöðug.

„Í rannsókninni kemur fram að Ísland þygi eftirsóknarverður áfangastaður hjá kínverskum „HiSpFITs“ ferðamönnum (High Spending Free Individual Travellers) bæði að sumri og vetri,“ segir Daði.

Unnið er að langtímastefnu stjórnvalda og atvinnulífs fyrir íslenskan útflutning, þar sem haldnar hafa verið 13 vinnustofur og 300 manns komið að. Nefna fyrirtæki í ferðaþjónustu Kína sérstaklega sem land þar sem vaxtartækifærin eru mikil.

Kínversk fyrirtæki horfa í sífellt meiri mæli til Íslands í tengslum við ferðamennsku. Nefna má að nýlega keypti Vincent Tan í Icelandair Hotels og þá hefur flugfélagið Tianjin Airlines í hyggju að fljúga til Íslands.

Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri Samtaka ferða-



Kínverjar eru vanir að greiða með símaforritum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI.

3,42

milljónir gistinátta. Samkvæmt samnorrænni rannsókn er áætlað að gistinóttum kínverskra ferðamanna fjölgi úr 1,7 milljón í 3,42 árin 2017 til 2022.

þjónustunnar, segir að ferðaþjónustufyrirtæki horfi til menningarmunarins á milli Kína og vestrænna ríkja. Kínverjar eru til dæmis vanir því að borga með

greiðslulausnum í síma, svo sem Alipay og WeChat. Þá eru þeir vanir að fá litlar gjafir með því sem þeir kaupa, til þess að gefa stórfjölskyldunni heima. Einnig kjósa þeir sjálfsafgreiðslu á hótélum í meiri mæli en til dæmis Bandaríkjamenn sem vilja persónulegri þjónustu.

Eitt helsta vandamálið að mati Jóhannesar, hvað varðar fjölgun kínverskra ferðamanna, er skortur á leiðsögumönnum sem eru mælandi á kínversku.

„Því miður er enn of mikið um að kínverskir hópar séu að koma hingað með leiðsögumenn sem eru ekki skráðir og í rauninni að brjóta reglur. Einnig að bílar séu leigðir og

Tianjin Airlines

Tianjin Airlines var stofnað árið 2004 og er í eigu Hainan Airlines Group.

Félagið rekur 96 flugvélar af gerðinni Airbus og Embraer. Meðalaldur þeirra er 5,7 ár. Móðurfélagið Hainan Airlines Group á um 17 flugfélög, þar á meðal Hong Kong Airlines með 44 vélar, Capital Airlines með 87 vélar og China West Air með 35. Eitt nýtt félag, Hubei Airlines, mun hefja rekstur í ár.

Alls eru flugfélög í eigu HAG með 677 flugvélar og 30 í þöntun. Hainan Airlines Group á 25% hlut í Hilton Worldwide og var í 170. sæti Fortune Global 500 listans árið 2017. Velta félagsins eru 53,335 milljarðar dollara.

keyrt sé um með hópa án tilskilinn leyfa,“ segir hann.

Þá hafa kínverskir ferðamenn lent í fjölmörgum alvarlegum slysum á undanförunum árum. Með samstilltu átaki og upplýsingagjöf horfi þau mál nú til betri vegar. Jóhannes bendir á að of lítið sé af gjörgæslurýmum á íslenskum sjúkrastofnunum til að takast á við slys, sem því miður hafi gjarnan verið í þessum hópi. „Okkur er ekkert að vanbúnaði að takast á við fjölgun þessa hóps, rétt eins og annarra, en við verðum þá að horfa heildrænt á stöðuna og byggja upp innviðina í samræmi við það.“

kristinnhaukur@frettabladid.is

Enginn dómari skipaður enn í máli flugmannsekkju

DÓMSMÁL Enn hefur ekki verið skipaður dómari í máli ekkju Kanadamannsins sem forst í flugslysi í Barkárdal gegn flugmanninum og tryggingafélaginu Sjóvá.

Roslyn Wagstaff er ekkja ferjuflugmannsins Grants Wagstaff sem lét lífið þegar flugvél í eigu Arngríms Jóhannssonar brotlenti í Barkárdal í Eyjafirði 9. ágúst 2015, eða fyrir fjórum árum. Arngrímur flaug vélinni sem var á leið frá Akureyri til Kefla-



Roslyn Wagstaff, ekkja Grants Wagstaff.

vikur. Hann hafði ráðið Grant til að ferja vélina síðan vestur um haf.

Sjóvá sem tryggði flugvél Arngríms neitar að greiða ekkjunn bætur. Mál sem hún höfðar gegn Sjóvá og Arngrími var þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur 27. júní síðastliðinn. Ekki liggur fyrir hvernær málið verður á dagskrá dómsins enda hefur enn ekki verið útnefndur dómari í því samkvæmt upplýsingum úr dómshúsinu.

Eins og fram hefur komið í Fréttablaðinu hyggst dóttir Grants Wagstaff, Sarah, einnig höfða mál á eigin spýtur ásamt tveimur systkinum sínum. Hefur hún óskað eftir því að fá gjafsókn í málinu líkt og móðir hennar mun hafa fengið. Einnig hefur Sarah efnt til hópþjármögnunar á vefsíðunni gofundme.com fyrir kostnaði vegna málsins. Síðast þegar fréttist höfðu safnast 1.250 dalir, jafnvirði 154 þúsund króna. – gar

FIAT ATVINNUNUBÍLAR



FIAT DUCATO

Verð frá 4.024.194 án vsk.
4.990.000 m/vsk.

FIAT TALENTO L2H1

Verð frá 3.298.387 án vsk.
4.090.000 m/vsk.

FIAT DOBLO

Verð frá 2.225.806 án vsk.
2.760.000 m/vsk.

FIAT FIORINO

Verð frá 1.854.032 án vsk.
2.299.000 m/vsk.



UMBOÐSÁÐILI FIAT Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
WWW.FIATPROFESSIONAL.IS • WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16



ALLAR SKÓLATÖSKUR 25% AFSLÁTTUR

SÍÐASTI DAGURINN!

DENMARK
JEVA
SINCE 1988



Bakpoki (16 - 21L)
TILBOÐSVERÐ: 15.149.-
Verð áður: 20.199.-

PULSE



Bakpoki 2 in 1 (19L)
TILBOÐSVERÐ: 12.749.-
Verð áður: 16.999.-

PULSE



Bakpoki Biocolor (19L)
TILBOÐSVERÐ: 6.749.-
Verð áður: 8.999.-

PULSE



Bakpoki (19L)
TILBOÐSVERÐ: 7.499.-
Verð áður: 9.999.-

PULSE



Bakpoki Element (19L)
TILBOÐSVERÐ: 7.499.-
Verð áður: 9.999.-

Beckmann



Bakpoki (22L)
TILBOÐSVERÐ: 15.149.-
Verð áður: 20.199.-

Beckmann



TILBOÐSVERÐ:
9.999.-
Verð áður:
20.199.-

Bakpoki (30L)

Beckmann



Bakpoki Urban (19L)
TILBOÐSVERÐ: 15.149.-
Verð áður: 20.199.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4
Ísafirði - Hafnarstræti 2

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Reykjanesbæ - Krossmóa 4
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind
Húsavík - Garðarsbraut 9

PENNINN

Eymundsson

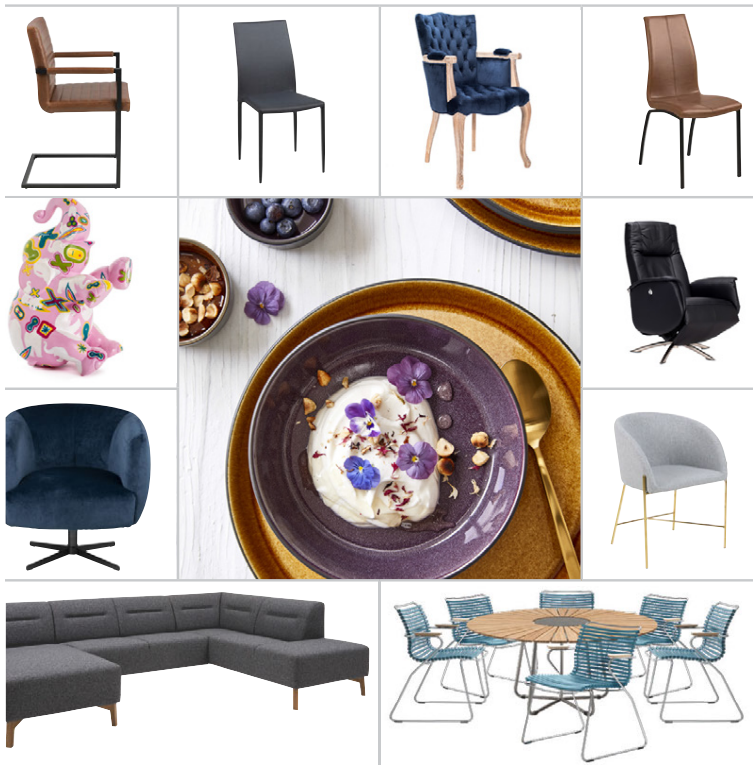
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruval er mismunandi eftir verslunum. Tilboð gildir til og með 12. ágúst. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.



VIKU TAX FREE

Allar vörur á taxfree tilboði*



Ekki nóg að umbera hinsegin starfsfólk

Richard Taylor, varaforseti mannauðsdeildar Nasdaq kauphallarinnar, verður aðalræðumaður á viðburði Hinsegin daga í Þjóðminjasafninu. Hann segir mikilvægt fyrir fyrirtæki að gera vinnustaðinn aðlaðandi fyrir hinsegin fólk.

SAMFÉLAG Richard er fimmtugur að aldri og starfaði lengi í tæknigeiranum í Silikondalnum. Á síðasta ári færði hann sig um set til Nasdaq í New York ásamt eiginmanni sínum. Hann er nú varaforseti mannauðsmála og að eigin sögn sér hann um allt sem lýtur að jákvæðum og upplifandi þáttum vinnustaðarins.

„Stór hluti af mínum störfum snýst um að öllum starfsmönnum finnst þeir vera samþykktir og velkomnir á vinnustaðnum. Um þetta mun ég ræða á Hinsegin dögum í Reykjavík,“ segir Richard.

Richard hefur séð miklar breytingar á undanförunum árum hvað varðar meðvitund fyrirtækja um líðan hinsegin starfsmanna. Lengi vel voru mörg fyrirtæki með þá stefnu að umbera samkynhneigða og aðra minnihlutahópa, án þess að gera nokkuð meira. Hann segir það alls ekki vera nóg.

„Fyrirtæki eru að átta sig á því að þetta skiptir máli, bæði gagnvart starfsfólki og viðskiptavinum. Ef fyrirtæki vill vera talið framsækið þarf það að bjóða alla velkomna. Starfsfólk er eins og neytendur og hefur valkosti um vinnustað. Þetta þekki ég vel í mannauðsdeildinni því við erum alltaf í samkeppni um starfsfólk,“ segir hann.

Aðspurður segist Richard merkja nokkurn mun á fyrirtækjum eftir því hvaða geira þau starfa í.

„Mér skilst að íhaldssemi sé meira ríkjandi í sumum fyrirtækjum, til dæmis í olíu, gasi og varnarmálum. Framsæknin er meiri í tæknigeiranum, fjármálaheiminum og fjölmiðlum.“

Á fundinum á morgun verður kynnt könnun sem Hinsegin dagar gerðu í sumar. Um er að ræða netkönnun sem 355 manns tóku þátt í. Þrátt fyrir að vera óvísindaleg þá segir Gunnlaugur Bragi Björnsson, formaður

Starfsfólk er eins og neytendur og hefur valkosti um vinnustað.

Þetta þekki ég vel í mannauðsdeildinni því við erum alltaf í samkeppni um starfsfólk.

Richard Taylor, varaforseti mannauðsdeildar Nasdaq kauphallarinnar



Við teljum könnunina gefa ákveðna vísbendingu um stöðuna og vonandi ákveðinn hvata til að málin verði rædd og rannsökuð frekar.

Gunnlaugur Bragi Björnsson, formaður Hinsegin daga.



Hinsegin daga, að niðurstöðurnar gefi vísbendingar um upplifun hinsegin fólks á Íslandi. „Við teljum könnunina gefa ákveðna vísbendingu um stöðuna og vonandi ákveðinn hvata til að málin verði rædd og rannsökuð frekar,“ segir Gunnlaugur Bragi.

Fram kemur í niðurstöðunum að 5 prósent reyna að leyfa hinseginleika sínum á vinnustað sínum og 9 prósent segja að það hafi aldrei komið til tals. 12 prósent segja að aðeins nokkrir nánir samstarfsaðilar viti af því. Þrír af hverjum fjórum

segja alla eða nánast alla samstarfsmenn sína vita af því.

Rúmur þriðjungur hefur upplifað nærgöngular spurningar frá samstarfsfólki eða stjórnendum, um er að ræða spurningar tengdar kynlífi, kynfærum eða hjúskaparstöðu. 39 prósent hafa heyrt óviðeigandi sögur, brandara eða yfirlýsingar frá samstarfsfólki sem lýsa fordómum í garð hinsegin fólks. Þá kannast 32 prósent við að hafa fengið athugasemdir frá samstarfsfólki um hvað þau séu venjuleg þrátt fyrir að vera hinsegin.

Richard segir margt sem fyrirtæki geti gert til að bæta þessi mál, stór og smá, og þau kosti ekki alltaf mikla peninga. „Hjá Nasdaq hefur stjórnarformaðurinn stigið fram og talað fyrir þessum málstað. Við höfum aðstoðað starfsfólk við að tilkynna öðrum að það sé hinsegin. Þá höfum við einnig komið upp tengslaneti fyrir ýmsa hópa, til dæmis hinsegin fólk. En þar er ekki aðeins hinsegin starfsfólk, heldur einnig bandamenn þeirra.“

Yfirskrift fyrirlestursins er einmitt „Mikilvægi bandamanna“ (The Importance of Allies). Bandamenn eru samkvæmt Richard þeir sem ekki tilheyra ákveðnum minnihlutahópi en eru samt tilbúnir til þess að tala fyrir réttindum hans.

„Ég tók nýlega þátt í gleðigöngunni í Amsterdam þar sem um milljón manns var samankomin. Flest eru ekki hinsegin fólk en þau eru bandamenn sem gera minnihlutahópum kleift að ná árangri í baráttunni,“ segir Richard.

Varðandi það hvernig eigi að leiða breytingar af þessu tagi í gegn segir Richard skipanir að ofan ekki réttu leiðina. Betra sé að sannfæra fólk með mýkt, staðfestu og rökum. „Við sýnum fólki að þetta virkar, hefur góð áhrif á viðskiptin og samfélagið í heild.“ kristinnhaukur@frettabladid.is

FBI rannsakar sjálfsvíg Epsteins

BANDARÍKIN Bandaríska alríkislögreglan, FBI, hefur hafið formlega rannsókn á því hvernig bandaríska milljarðamæringnum Jeffrey Epstein tókst að svipta sig lífi í klefa sínum þrátt fyrir að eiga að hafa verið vaktaður sérstaklega. Epstein fannst látinn í klefa sínum í gær.

Epstein var handtekinn snemma í júlí vegna gruns um að hafa haft fjölda ungra kvenna í kynlífsþrælkun um árabil.



Jeffrey Epstein.

Hann átti valdamikla vini og leikur grunur á um hann hafi veitt mörgum þeirra aðgang að stúlkunum sem hann hélt í kynlífsánaud. Hann hlaut þrettán mánaða dóm.

Aðeins örfáum dögum fyrir andlát Epsteins kom fangavörður að honum meðvitundarlausum í fangaklefa hans með áverka á hálsi. Í kjölfarið var sett um hann sérstök sjálfsvígsvakt vegna þess að talið var að hann gæti reynt að fyrirfara sér í fangelsinu. – ókp



Bjarni og Sigmundur sátu í ríkisstjórn 2013 til 2016. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Tókust á um þriðja orkupakkann

STJÓRN MÁL Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins, segir engan trúverðuleika að baki fullyrðingum Miðflokksmanna um þriðja orkupakkann. Á opnum fundi í Valhöll sagði Bjarni að hann gerði ekki lítið úr áhyggjum flokksmanna af málinu, en jafnframt að orkupakkinn væri ekki afsal hagsmuna Íslands til Evrópusambandsins. Skaut hann svo föstum skotum á Sigmund Davíð Gunnlaugsson, formann Miðflokksins, og Gunnar Braga Sveinsson varaformann. Þeir hafi setið í ráðuneytinum þegar málið var þar á borði.

Á Facebook lýsti Sigmundur Davíð yfir vonbrigðum með málflutning Bjarna og að hann hafi

ekki boðað nýja stefnu. Segir hann málið ekki hafa heyrt undir sig. „Málið heyrði hins vegar undir ráðherra Sjálfstæðisflokksins en ekki ætla ég að gagnrýna þann góða ráðherra enda innleiddi hann ekki orkupakkann,“ sagði Sigmundur Davíð.

Bjarni segir að stjórnarmeirihluti Framsóknar og Sjálfstæðisflokks hafi verið sammála um málið á sínum tíma. „Það er því rík innistæða fyrir því að segja þá tvo hafa algerlega skipt um skoðun í málinu og blekking eða í besta falli útrúningur þegar Sigmundur Davíð segir í dag: „en við innleiddum hann ekki,“ sagði Bjarni í svari til Sigmundar. – ab



ÚTSALA

20-60% AFSLÁTTUR



CORINNA

**30%
AFSLÁTTUR**

5 SVÆDASKIPT POKAGORMAKERFI,
STEYPTIR KANNTAR, EINSTÖK ADLÖGUN,
MJÖG GÓÐ ÞYNGDARREIFING

140X200 CM

ÚTSÖLUVERÐ
79.297 KR.
AFSLÁTTUR 113.282 KR.

160X200 CM

ÚTSÖLUVERÐ
100.125 KR.
AFSLÁTTUR 143.036 KR.

180X200 CM

ÚTSÖLUVERÐ
124.537 KR.
AFSLÁTTUR 177.537 KR.

STÓLAR OG SÓFAR Á
**30-60%
AFSLÆTTI**

**30-40%
AFSLÁTTUR**
AF KING KOIL RÚMUM



DAISY

SVÆDASKIPT, STYRKTIR KANNTAR

**35%
AFSLÁTTUR**

160X200 CM

ÚTSÖLUVERÐ
71.721 KR.
AFSLÁTTUR 110.340 KR.

180X200 CM

ÚTSÖLUVERÐ
96.371 KR.
AFSLÁTTUR 148.181 KR.

Bjóðum
**12 mánaða
vaxtalaus
kreditkortalán.**

rekkjan
HEILSURÚM

+PLÚS



Fjöldmenni á Ed Sheeran

Hátt í fimmtíu þúsund manns hlýddu á enska tónlistarmanninn Ed Sheeran á Laugardalsvelli um helgina. Myndir Ernís Eyjólfssonar, ljósmyndara Fréttablaðsins, tala sínu máli um stemninguna.



+PLÚS



Lýðræði allra



Davíð Stefánsson

david@frettabladid.is

Það voru orð að sönnu hjá Sigurði Inga Jóhannssyni, ráðherra sveitarstjórnarmála, þegar hann í grein hér í blaðinu sagði sveitarfélögin gegna þýðingarmiklu hlutverki fyrir stjórnskipan landsins og lýðræði. Nýrri þingsályktun er ætlað að marka heildarstefnu um sveitarstjórnarstig.

Sigurður Ingi sagði að sameina þurfi sveitarfélög til betri þjónustu. Í bígærd eru umbætur í opinberri stjórnsýslu til að efla sveitarstjórnarstig sem á að vera öflugur og sjálfbær vettvangur lýðræðislegrar starfsemi, sjálfstjórn og ábyrgð sveitarfélaga sé virt og að sem jöfnust réttindi og aðgengi íbúa að þjónustu séu tryggð.

Undir áherslu á lýðræði tókum við flest. Lýðræðislega starfsemi sveitarfélaga er mjög mikilvæg. Þrátt fyrir það fór litið fyrir nýlegri tilkynningu frá Hagstofunni um kosningabátttöku í síðustu sveitarstjórnarkosningum. Þar kom fram að kjörsókn þeirra sem höfðu íslenskt ríkisfang hafi verið um 69,7 prósent.

Auk Íslendinga eiga kosningarétt norrænir ríkisborgarar sem átt hafa lögheimili hér á landi í þrjú ár samfellt fyrir kjördag. Sama gildir um aðra erlenda ríkisborgara sem átt hafa lögheimili hér á landi í fimm ár samfellt fyrir kjördag, hafi þeir náð 18 ára aldri á kjördag og eigi skráð lögheimili í viðkomandi sveitarfélagi þremur vikum fyrir kjördag.

Í síðustu sveitarstjórnarkosningum voru 11.680 erlendir ríkisborgarar með kosningarétt hér á landi. Þar af voru 989 frá öðrum Norðurlöndum og 10.691 frá öðrum ríkjum.

Það er sláandi að sjá að einungis 2.151 erlendir ríkisborgari hafi nýtt kosningaréttinn. Kosningabátttaka norrænna ríkisborgara var 51,4 prósent og annarra erlendra ríkisborgara 15,3 prósent. Til að bæta gráu ofan á svart er í þessum hópi helmingi minni kjörsókn hjá aldurshópi 18-29 ára en hjá 40 ára og eldri.

Mögulegar ástæður fyrir þessari litlu þátttöku gætu verið tungumálaörðugleikar, skortur á upplýsingum eða efasemdir sem eiga rætur í upplifun kosninga í heimalandinu vegna spillingar eða annarra þátta.

Efalítið segja einhverjir að litil þátttaka sé eðlileg því menn ætli að staldra stutt við. En fimm ár eða meira eru talsverð dvöl. Margt þessa fólks hefur dvalið langdvölum hér án þess að nýta kosningaréttinn.

Þessi litla kosningabátttaka er vondar fréttir fyrir lýðræðislegt samfélag. Það að einungis 15,3 prósent erlendra ríkisborgara kjósi er óæskilegt.

Sístækkandi hóp innflytjenda í íslensku samfélagi verður að virkja betur. Virk þátttaka borgara úr öllum hópum samfélagsins óháð uppruna og efnahag ýtir undir frelsi og sjálfstraust, eflir viðhorf og áhrif. Það að hafa sem fæsta afskipta í samfélaginu gerir það sterkara og betra.

Næstu sveitarstjórnarkosningar verða 28. maí 2022. Þessir riflega 1.000 dagar ættu að vera nægur tími fyrir ráðamenn sveitarfélaga til að huga að aðgerðum til aukinnar kosningabátttöku allra. Koma svo!

Halldór



Virk þátttaka borgara úr öllum hópum samfélagsins óháð uppruna og efnahag ýtir undir frelsi og sjálfstraust, eflir viðhorf og áhrif.

Frá degi til dags

Röðin

Mál málanna liðna helgi var án efa röðin langa á Ed Sheeran sem teygði sig á laugardagskvöldinu alla leið frá Laugardalsvelli að Glæsibæ. Nú hafa þeir sem farið hafa á knattspyrnuleiki erlendis upplifað að arka inn á völl ásamt allt að 50 þúsund öðrum án þess að þurfa að biða lengi. Um er að ræða skipulag sem Rómverjar þekktu þegar þeir byggðu Kólóseum. Vissulega er ekki aðeins skipuleggjendum tónleikanna um að kenna, en eins og Þorsteinn Viglundsson, tónleikagestur og þingmaður, benti á þá verður röðin upphaf ótal samræðna næstu mánaða og mögulega uppistaðan í næsta Áramótaskaupi.

Bætt í vopnabúrið

Að öðru sem verður líka í Skaupinu. Það bendir allt til þess að Miðflokkurinn sé að gera sig líklegan til að hrifsa til sín fylgi af Sjálfstæðisflokknum og Framsóknarflokknum. Miðflokkurinn er búinn að hafa allt sumarið til að stilla saman strengi og verður vopnaður meiru en þriðja orkupakkanum. Formaður Framsóknarflokksins tilkynnti að hann væri að skoða lagasetningu sem myndi fækka sveitarfélögum. Allar breytingar leggjast illa í iðaldsmenn eðli málsins samkvæmt og má því gera sterklega ráð fyrir að sameining sveitarfélaga endi í vopnabúri Miðflokksmanna. arib@frettabladid.is

Lágmörkum kolefnissporin



Guðrún Hafsteinsdóttir formaður Samtaka iðnaðarins

Í sumar hef ég notið þess að hann Kristmundur garðyrkjubóndi, sem er með sína framleiðslu nánast á móti mínu húsi, setti upp verslun á sínum afurðum úti á götu. Oft á dag fyllir hann skápinn af nýttindum jarðarberjum sem eru algjörlega himnesk á bragðið. Þetta uppátæki Kristmundar hefur gert það að verkum að ég hef innbyrt ómælt magn af jarðarberjum í sumar með sannarlega góðri samvisku. Það má með sanni segja að verslunarhættirnar verði varla umhverfisvænni en þetta. Berin göðu eru ræktuð við hin bestu skilyrði, vökvuð með hreinu íslensku vatni og gróðurhúsin hituð með sjálfbærri orku sem kraumar undir okkur öllum sem í Hveragerði búum. Og hann Mundi minn er hvorki að flækja hlutina né að vantreysta náunganum því ég set seðil í bauk eða millifæri á staðnum inn á reikning. Þetta er með öðrum orðum sjálfsafgreiðslustöð eins og hún gerist best!

Eins og áður sagði neyti ég dásemdanna með góðri samvisku enda finnst mér framlag mitt með ágætum. Ég styð við íslenska framleiðslu, styð við atvinnu í mínu nærumhverfi og held kolefnissporinu í lágmarki. Það væri óskandi ef við hefðum þetta ávallt í öndvegi er við efnum til kaupa á ýmsum vörum. Fyrst og síðast eigum við að spyrja okkur að því hvort varan sé íslensk. Því við eigum að velja því fyrir okkur hvaðan vörurnar eru að koma sem við neytum og við hvaða skilyrði varan er framleidd. Því hverri einustu kaupákvörðun fylgir ábyrgð og við höfum val. Nýlega ætlaði ég að kaupa lambakótelettur úr kjötbörði en hætti snarlega við er ég sá að þær voru frá Nýja-Sjálandi. Nú er þetta örugglega ágætt kjöt en það er samt eitthvað rangt við það að hér í landi sauðkindarinnar skulum við flytja með ærnum tilkostnaði lambakjöt til landsins frá einu fjarlægasta landi sem við getum fundið! Styðjum hvert við annað og stuðlum að því að blómleg atvinnustarfsemi blómstri hér á landi hvort sem það eru matvæli, húsgögn, þjónusta eða annað. Þannig höldum við kolefnissporinu í lágmarki því ég tólti þetta jafnvel bara á inniskónum!



Því við eigum að velja því fyrir okkur hvaðan vörurnar eru að koma sem við neytum og við hvaða skilyrði varan er framleidd.






Þjóðum upp á sjálfvirkan hurðaopnarbúnað, hurðir og gluggakerfi ásamt uppsetningu og viðhaldi á búnaði.

Áratuga reynsla.



Járn & Gler ehf. • Skútuvogur 1h. Barkarvogsmegin
104 Reykjavík • S. 58 58 900 • www.jarnkler.is

Að færa björg í bú allt árið um kring



Jóhannes Þór Skúlason
framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar



Við viljum losa ferðaþjónustuna, og þar með samfélagið, úr klóm sumarvertíðarinnar þannig að hún sé stöðug atvinnugrein allt árið, um allt landið.

Nú stendur yfir háðönn ferðaþjónustunnar á Íslandi – við erum á vertíð. Og eins og við þekkjum snýst vertíð um að koma sem mestum verðmætum í hús á meðan gefur, því að vertíðin endist ekki árið um kring. Vertíðarmánuðir standa undir verðmætisköpuninni sem gerir okkur kleift að þreya aðra mánuði ársins.

Undanfarin tíu ár hefur verið unnið að því að lengja vertíðina og fækka mögru mánuðunum, og einnig að dreifa verðmætisköpuninni víðar til að góðinn ná til allra svæða landsins. Betri árangur hefur náðst í því fyrra en seinna. Ein afleiðing niðursveiflunnar nú er að árangurinn gengur til baka á báðum sviðum. Háðönn stýttist og ferðamenn fara ekki eins vítt um landið. Hvort tveggja gengur þvert á markmið og stefnu í ferðaþjónustu á Íslandi.

Sjálfbær ferðaþjónusta

Sú framtíðarsýn og leiðarljós fyrir ferðaþjónustu til 2030 sem stjórnvöld hafa nú birt er mikilvægur grunnur að nánari stefnumótun um atvinnugreinina til framtíðar. Þar er horft til markmiða eins og þeirra sem nefnd eru hér að ofan og þau sett í samhengi við aðra þætti sem þurfa að vinna saman til að ferðaþjónustan verði áfram sá drifkraftur atvinnulífs og uppbyggingar sem við viljum að hún sé. Framtíðarsýnin er sjálfbær ferðaþjónusta hvort sem litíð er til efnahagslegra, samfélagslegra eða umhverfislegra þátta. Það er skýrt leiðarljós sem gefur tóninn fyrir þá vinnu sem fram undan er, og sýnir fram á vilja stjórnvalda til að taka affestu á þeim verkefnum sem liggja fyrir til uppbyggingar. Og að mörgu þarf sannarlega að huga.

Aukin eftirspurn frá Kína

Að undanförunu hefur verið benti á að ferðamönnum frá Kína hefur fjölgað hratt undanfarin ár – eru t.d. um 12% fleiri í ár en í fyrra, og að margt bendi til þess að sú eftirspurn aukist enn hraðar á næstu árum. Nýleg fjárfesting Vincents Tan í Icelandair Hotels og yfirlýstur áhugi hans á aukinni markaðssetningu Íslands í Asíu er eitt dæmi. Fréttir af áhuga kínversks

flugfélags á lendingartímum á Keflavíkflugvelli annað. Aukið flugframboð í samspili við aukna markaðssetningu getur auðvitað ýtt ferðamannatöllum frá viðkomandi markaðssvæði hratt upp, vinni það saman til að skapa eftirspurn og áhuga á áfangastaðnum. Að þessu samspili þarf að huga varðandi öll kjarnamarkaðssvæði íslenskrar ferðaþjónustu til að stilla af markmið og árangur, í samræmi við framtíðarsýnina.

Framtíðarsýnin er skýr

Því hvort sem um er að ræða ferðamenn frá Kína eða öðrum markaðssvæðum er lykillinn að sjálfbærri ferðaþjónustu til framtíðar skynsamleg, rökrétt og fjármögnuð uppbygging innanlands og markaðssetning erlendis í samræmi við skýra stefnumótun. Ferðamönnum fjölgar á heimsvísu um 3-6% árlega og rökrétt er að áætla að fjölgun á Íslandi til lengri tíma verði í samhengi við það. Til að vera undir það búin þurfum við að byggja upp sterka innviði, faglegt atvinnulíf og gæðþjónustu. Við viljum losa ferðaþjónustuna, og þar með samfélagið, úr klóm sumarvertíðarinnar þannig að hún sé stöðug atvinnugrein allt árið, um allt landið. Atvinnuvegur sem er leiðandi í sjálfbærni, uppfyllir kröfur ferðamanna um gæði, þjónustu og einstaka upplifun, skilar stöðugum arði fyrir atvinnulíf og samfélagið, eykur lífsgæði heimamanna alls staðar á landinu og byggir á sjálfbærni jafnvægi verndar og nýtingar náttúruauðlinda. Arðbær atvinnugrein sem færir öllu samfélaginu björg í bú, allt árið, í sátt við land og þjóð.

Það er framtíðarsýnin. Það er verkefnið. Og til að klára það þarf afl og þor, bæði í stjórnmálum og atvinnulífi. Brettum upp ermar.

Lambakjötsöryggi

Í DAG



Guðmundur Steingrímsson

Nýverið stefndi hér á landi í æði yfirgripsmikla og djúpa krísu þegar upplýst var að lambahryggir væru mögulega að klárast í búðum og landið yrði þar með lambahryggjalaust. Það lá við að Alþingi yrði kallað saman og sett yrðu neyðarlög, gott ef ekki. Ég verð að játa að ég var ekki á meðal þeirra sem ruku út á götu á náttfötunum vegna þessara tíðinda. Hins vegar urðu þessar fréttir mér tilefni til að leiða hugann að undirliggjandi veruleika sem birtist mér sífellt fátíðlegri eftir því sem árin liðu: Hvað er málið með Ísland og lambakjöt? Af hverju í ósköpunum skiptir lambakjöt svona miklu máli?

Nú er ég ákaflega metnaðarfullur grillari og finnst fátt betra en grillað lambafillé, svo ekki sé talað um kótelettur. Ég tek líka stakka-skiptum andlega þegar ég skynja möguleika á því að komast í lambakótelettur í raspi. Ég myndi frekar standa í röð til að fá þær heldur en að komast inn á Ed Sheeran. Ég hef í alvörunni gert mér ferð á Kótelettuna á Selfossi, bæjarhátíðina, í þeirri von að verða mér úti um góðgætið, sem reyndar mistókst þá af einhverjum furðulegum ástæðum, en það er önnur saga. Ég er semsagt mikill aðdáandi lambakjöts. Og ég fíla lopapeysur líka.

Að þessu sögðu tel ég þó ríkt til efni til að láta þau orð falla, að mér finnst það skrítið, svo ekki sé meira sagt, að 5 milljarðar úr hinum sameiginlega sjóði landsmanna, af skatttekjum þjóðarinnar, fari árlega í styrki til að framleiða lambakjöt. Mér finnst það fátíðlegt. Þessi upphæð þýðir að hver fjögurra manna fjölskylda á Íslandi borgar, hvort sem hún vill það eða ekki, ríflega 50 þúsund krónur á ári í lambakjötsframleiðslu. Þar að auki er lambakjötsframleiðslan



Mér finnst það skrítið, svo ekki sé meira sagt, að 5 milljarðar úr hinum sameiginlega sjóði landsmanna, af skatttekjum þjóðarinnar, fari árlega í styrki til að framleiða lambakjöt.

vernduð með tollamúrum. Og þar að auki þarf fólk að kaupa kjötið í búð — borga meira — ef það langar í það.

Dýr sunnudagasteik

Þetta er asnalegur dill. Þegar ég sat á þingi hvarflaði stundum að mér að Alþingi væri fyrst og fremst þetta: Hagsmunagæslustofa bænda. Ég þori að veðja að um helmingur þingmanna myndi frekar stinga höfði í salerni en að andmæla styrkjum til bænda. Þegar búvörusamningar eru til umræðu leggjast þingmenn úr flestum flokkum á eitt við að koma svimandi háum upphæðum til skila í þetta tvennt: Framleiðsla á lambakjöti og framleiðsla á mjólk. Hvorugt telst í nútímasamfélagi, miðað við nýjstu þekkingu næringarfræðinnar, til nauðsynjavara. Grænmeti væri það frekar. Margir geta ekki einu sinni drukkið mjólk og mjög margir hafa engan smekk fyrir lambakjöti. Enginn þarf það. Ef lambakjöt hefur einhvern sérstakan sess, þá væri það sem sunnudagasteik. Lambakjötið er veisluvara. Þá blasir hin æpandi niðurstæða við, sem þarf að mínu mati að ræða af nokkurri alvöru: Íslenska ríkið ver 5 milljörðum á ári í framleiðslu á veisluvöru fyrir suma. Er það skynsamlegt?

Hoggið í stein

Það má leika sér að þessum tölum. Þetta eru 50 milljarðar á tíu árum. Hundrað milljarðar á 20 árum. Fyrir þann pening mætti bæta skólastarf, heilbrigðisþjónustu eða grípa til aðgerða í umhverfismálum, svo eitthvað sé nefnt. Ímyndum okkur að Ísland væri á núllpunkti. Við námum land í gær. Verið væri að ákveða í hvað skatt-



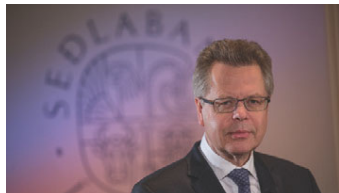
tekjur ættu að fara. Talað yrði um heilsugæslu, skóla, löggæslu og svo framvegis. Það má velta fyrir sér hvaða svipi sá maður fengi framan í sig sem myndi leggja fram þá til lögu að milljarðar yrðu settir í að framleiða lambakjöt. Yrði ekki bara þögn á fundinum? Allir gáttaðir? Hlé.

Ég held það. Það virðist hins vegar vera að þessi veruleiki hafi á mörgum áratugum skotið þannig rötum í tilvist þjóðarinnar að á hverju ári er þessum fjármunum einfaldlega varið í þetta án nokkurrar sérstakrar umhugsunar. Þetta virðist hoggið í stein. Verðtryggt. Svo rammt kveður að þessu að þegar talað er um helstu röksemdir fyrir fyrirkomulaginu í orðræðunni um matvælaöryggi, þá er því haganlega ýtt til hliðar að fiskur er líka matur. Íslendingar eru einhver mesta fiskveiðiþjóð í heimi, og það án ríkisstyrkja. Þegar kemur að matvælaöryggi hins vegar — ef landið myndi lokast — sýnist þingmönnum og hagsmunaaðilum það algjörlega ófært að hægt yrði að lifa á fiski. Við þyrftum alltaf kótelettur.

Ég endurtek: Ég elska kótelettur. Ég held líka að bændur séu flestir hið finasta fólk. En ég held að margir aðrir séu það líka. Og mér finnst líka margt konar annar matur góður, og drykkir. En ef það ætti að setja 5 milljarða á ári í allt sem er æðislegt yrði fljótt annað hrun. Að auki efast ég verulega um það að lambakjötsöryggi þjóðarinnar yrði ógnað verði styrkjum hætt. Ég held að fillé yrði áfram grillað á Íslandi. Nú keypt á uppsettu verði.

Markmið, árangur og áskoranir

Fundur með Má Guðmundssyni seðlabankastjóra



Mór 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.



Neskaupstaður,
miðvikudaginn 14. ágúst.

Egilsbúð, klukkan 20:00

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



Akureyri,
þriðjudaginn 13. ágúst.

Hof, klukkan 17:00

Fundarstjóri: Valgerður
Sverrisdóttir, fyrrverandi
þingmaður og ráðherra.



Árborg,
mánudaginn 19. ágúst.

Hótel Selfoss, klukkan 12:00

Fundarstjóri: Guðni
Ágústsson, fyrrverandi
þingmaður og ráðherra.

SUMARLEIKUR FRÉTTABLAÐSINS



Taktu skemmtilega sumarmynd af þér eða þínum að lesa Fréttablaðið í appinu, á vefnum eða á prenti. Sendu okkur á Facebook eða á sumarleikur@frettabladid.is.

100.000 kr.
gjafabréf frá Úrval Útsýn
fyrir tvær bestu myndirnar!

Leiknum lýkur 12. ágúst



ÚRVAL ÚTSÝN

ALBIR ALMERÍA BENIDORM GRAN CANARIA TENERIFE

SÓLARDAGAR

TAKMARKAÐ MAGN GISTINGA Á TILBOÐSVERÐI

MEÐ ÍSLENSKRI
FARARSTJÓRN
SKOÐUNARFERÐIR
Í BÓÐI

VERÐ FRÁ
64.900,-

Úrval Útsýn hefur verið ferðafélagi Íslendinga til sólarlanda í 64 ár. Við bjóðum fjölda hótela sem rúma stórar sem litlar fjölskyldur. Ef þú finnur ekki gistingu sem hentar, þá geta ferðaráðgjafar okkar fundið hana fyrir þig — tryggðu þinni fjölskyldu réttu gistinguna í tíma.

FLUG

TENERIFE

14. - 21. ÁGÚST // 59.900 KR.

BARCELONA

15. - 24. ÁGÚST // 39.900 KR.

ALMERÍA

16. - 23. ÁGÚST // 49.900 KR.

KANARÍ

19. - 26. ÁGÚST // 57.900 KR.

ALICANTE

22. - 30. ÁGÚST // 37.900 KR.

TENERIFE

26. ÁGÚST - 2. SEPT. // 64.900 KR.

KANARÍ

26. ÁGÚST - 2. SEPT. // 57.900 KR.

ALICANTE

27. ÁGÚST - 3. SEPT. // 54.900 KR.

MEDITERRANEO BAY HOTEL ****
ALMERÍA

16. - 23. ÁGÚST
Tvíbýli með öllu inniföldu.

VERÐ FRÁ 125.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 150.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

ALLT INNIFALIB

PLAYACAPRICHIO ****
ALMERÍA

23. - 30. ÁGÚST
Tvíbýli með morgunverði.

VERÐ FRÁ 109.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 135.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

MIRADOR MASPALOMAS ***
KANARÍ

19. - 26. ÁGÚST
Tvíbýli með öllu inniföldu.

VERÐ FRÁ 99.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 115.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

ALLT INNIFALIB

CORDIAL MOGAN VALLE ***
KANARÍ

26. ÁGÚST - 2. SEPTEMBER
Íbúð með einu svefnherbergi.

VERÐ FRÁ 64.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 89.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

Innifalið í verði er flug, uppgefin gisting, íslensk fararstjórn, flugvallaskattar, ferðataska og handfarangur



HOTEL OASIS PLAZA ***
BENIDORM



15. – 22. ÁGÚST
Tvíbýli með morgunverði.

VERÐ FRÁ 79.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 101.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

MELIA BENIDORM ****
BENIDORM



22. – 29. ÁGÚST
Tvíbýli með hálfu fæði

VERÐ FRÁ 88.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 1 barn.
Verð frá 99.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

HÁLFT FÆÐI

ALBIR PLAYA ****
ALBIR



27. ÁGÚST – 3. SEPTEMBER
Tvíbýli með morgunverði.

VERÐ FRÁ 69.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 91.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

MARYLANZA SUITES & SPA ****
TENERIFE



21. – 28. ÁGÚST
Íbúð með einu svefnherbergi.

VERÐ FRÁ 84.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 122.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

GREEN GARDEN RESORT & SUITES ****
TENERIFE



26. ÁGÚST – 2. SEPTEMBER
Íbúð með einu svefnherbergi.

VERÐ FRÁ 88.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.
Verð frá 121.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

SJÁÐU MEIRA Á
URVALUTSYN.IS

TALAÐU VIÐ FERÐARÁÐGGJAFNA
Í SÍMA 585 4000 EÐA SENDU
OKKUR PÓST Á **SPORT@UU.IS**

VERÐ ENU BÍTT MEÐ FRIÐMÁNA OG FRIÐTILGJAFNA OG STAÐARRENGI.

Áður úthrópaður vitleysingur en er nú dýrkaður og dáður

Raheem Sterling, er orðinn ein stærsta stjarna enska boltans, bæði innan vallar og utan. Hann skoraði þrennu um helgina. Átti erfitt uppráttar fyrst en allt breyttist eftir að hann lét í sér heyra um kynþáttanið sem hann varð fyrir.

FÓTBOLTI Raheem Sterling, leikmaður Manchester City, skoraði þrennu gegn West Ham, þegar meistaramerkið var niðurlægð 5:0 í fyrstu umferð enska boltans. Sterling skoraði reyndar fleiri, en eitt mark var tekið af honum vegna rangstöðu.

Sterling varð áttundi leikmaðurinn til að skora þrennu á opunarhelgi enska boltans. Didier Drogba var sá síðasti til að gera það fyrir Chelsea árið 2010.

Sterling er orðinn ein stærsta stjarna enska boltans. Ekki aðeins innan vallar heldur einnig fyrir utan völinn. Þannig hefur það ekki alltaf verið því ensku blöðin hafa af einhverjum ástæðum alltaf haft horn í síðu hans.

Sterling var keyptur á um 50 milljónir punda eftir að hafa verið frábær fyrir Liverpool. Hann strögglaði til að byrja með og blöðin voru dugleg að skjóta á hann og kölluðu hann reglulega flopp. Sterling skoraði 11 mörk í 47 leikjum á sínu fyrsta tímabili fyrir City og á fyrsta tímabili Guardiola urðu þau 10. Fjölmíðlar fóru að fylgjast með þessum vandræðagema og gerðu fyrirsgagnir úr öllu og engu.

Meðal annars var hann sagður eiga skítugan bíl, borða á Greggs-veitingastaðnum, versla í Primark og fljúga með EasyJet. Þá var hann sagður vera ansi mikið upp á kvenhöndina og að lifa ljúfa lífinu með áfengi við hönd. The Sun kallaði hann fótboltafávita á forsiðu og honum var kennt um nánast allt sem miður fór hjá enska landsliðinu. Einu sinni fór hann meira að segja í partí sem ensku blöðin gerðu sér mat úr. Hugsu sér. Ungur maður vogaði sér að fara í partí.

Sterling svaraði þó

●● Kynþáttafordómar eru úti um allt. Fólkinblinir á fóboltann en því miður er þetta ekki bara til staðar í fóboltanum. Þetta snýst um það sem gerist í tengslum við innflytendur og flóttamenn í heiminum og hvernig við tökum þeim. Við þurfum að berjast fyrir betra samfélagi.

Raheem sagði þetta á fullkominn hátt. Hann er ótrúleg persóna.

Pep Guardiola, knattspyrnustjóri Manchester City

elskaði byssur. Í færslu á Instagram sagði hann að byssan væri til að minna sig á heit sem hann strengdi þegar faðir hans var skotinn til bana. Hann lofað sjálfum sér að snerta aldrei byssu – en nota þess í stað hægri fótinn til að skjóta boltanum.

Það er nú ekki hægt að segja að allir hafi tekið hann eitthvað sérstaklega í sátt, þó að blöðin hafi aðeins róast. Fólkið tók núna við og Twitter logaði löngum stundum á HM um Sterling þar sem hann fékk að heyra það frá reidum stuðningsmönnum og rasistum.

Þrátt fyrir að England hafi náð finum árangri var Sterling kennt um allt sem miður fór. Gareth Southgate var hetja mótsins en Sterling var skúrurinn.

Svo kom desember og City var að tapa fyrir Chelsea á Stamford Bridge í leik sem var í beinni útsendingu. Sterling skokkaði til að taka horn og nokkrir heilalausir stuðningsmenn Chelsea öskruðu til hans augljós rasísk ókvæðisorð. Þá fékk hann nóg og tók til sinna ráða.

Hann notaði Instagram til að segja sína skoðun og benti á að það væru fjölmíðlar sem væru að kynda undir rasismanum á vellinum. Tók hann dæmi um Phil Foden og Tosin Adarabioyo sem báðir keyptu hús fyrir mæður sínar og hvernig fjölmíðlar sögðu frá þeim húsa kaupum.

Rasismi hefur verið mikið vandamál á Englandi að undanförunum og sem dæmi er

lögreglan þar í landi með enn eitt málið til rannsóknar eftir leiki helgarinnar þar sem kynþáttanið kom við sögu.

Sterling varð glaður andlit herferðar gegn heimskum stuðningsmönnum og tónn-



Sterling fór á kostum þegar England valtaði yfir Tékkland í fyrsta leik sínum í undankeppni EM í mars og skoraði þrennu. Hann fagnaði þriðja marki sínu með því að lyfta treyju sinni upp og sýna bol sem hann var í undir með mynd af Damary Dawkins sem lést skömmu áður úr hvítblæði. Sterling greiddi útfararkostnað hans. NORDICPHOTOS/GETTY

●● Ég er svo hrifinn af því hversu heilsteyptur hann er orðinn og hvernig hann hefur tjáð sig um mikilvæg málefni. Hann hefur sýnt hugrekki með því að gera það. Hann er með sterka samfélagslega ábyrgð og er að þróast út í að vera frábær fyrirmynd fyrir fólk að fylgja.

Gareth Southgate, landsliðsþjálfari Englands



Paige Milian, unnusta Sterlings, með honum á NBA-leik í London.

aldr-ei fyrir sig og lét verkin tala inni á vellinum. Tímabilið 2017-2018 skoraði hann 23 mörk og England á leið á HM í Rússlandi. Allt virtist í blóma en þá fékk Sterling sér húðflúr sem gerði allt vitlaust. Prentvélar voru stöðvaðar og ensku sjónvarpsstöðvarnar fóru í beina útsendingu yfir flúrinu sem var af M-16 byssu.

Sterling útskýrði að byssan hefði órlítið dýpri merkingu en svo að hann

Sterling sussar á áhorfendur í Svartfjallalandi sem höfðu beint spjótum sínum að kappanum.

inn gegn honum hefur gjörbreyst á nokkrum mánuðum. Nike fékk hann með sér í lið í auglýsingaherferð sem fékk mikið lof og eftir tímabilið var hann valinn leikmaður ársins af blaðamönnum, eitthvað sem var nánast óhugsandi nokkrum mánuðum fyrr.

Fjölmíðlar fóru að taka eftir góðvild hans utan vallar. Kannski höfðu þeir alltaf tekið eftir því en aldrei viljað greina frá því. Hann bauð börnum sem ganga í gamla skólann hans á bikarúrslitaleikinn gegn Watford, ekki bara 10 eða 100 heldur öllum 550. Starfsfólki líka. Hitti þau á æfingasvæðinu og sá um allt.

Hann fordæmdi Leonardo Bonucci, leikmann Juventus, fyrir heimskuleg rasistaummæli, skrifaði ungum dreng sem hafði orðið

fyrir kynþáttafordómum bréf, bauð öðrum til sín í Manchester, sendi Mason Greenwood, leikmanni grannanna í Manchester United skilaboð þar sem hann óskaði honum til hamingju með fyrsta leikinn sinn í úrvalsdeildinni, aðstoðaði við að finna líffæragjafa fyrir ungan dreng sem var með hvítblæði og reyndar lést skömmu síðar. Sterling greiddi fyrir útför hans og lyfti upp landsliðstreyjunni sinni þar sem hann minntist drengsins. Svona mætti lengi telja.

Báðir þjálfarar hans, Guardiola og Southgate, hafa stigið fram og sagt hversu góð manneskja hann sé og fyrirmynd. Southgate gerði hann að fyrirliða Englands í undanúrslitum Þjóðadeildarinnar og leikmenn

viða um Evrópu hafa einnig hrósað honum fyrir að stíga fram. Þannig neitaði Tyrone Mings að mæta í viðtal hjá TalkSport vegna þess að einn umsjónarmannanna lét heimskuleg ummæli út úr sér um Sterling.

Í apríl var hann valinn íþróttamaður ársins á BEDSA, British Ethnic Diversity Sports Awards, verðlaun sem eru veitt þeim einstaklingi sem hefur haft hvað mest áhrif á minnihlutahópa.

Sterling var frábær inni á vellinum gegn West Ham í fyrsta leik leiktíðarinnar og hver veit nema þetta sé aðeins forsmekkurinn að því sem koma skal. Það er allavega ljóst að Sterling verður í fréttum í vetur, bæði innan vallar og utan.

benediktboas@frettabladid.is

HEILS LEIÐ

MÁNUDAGUR 12. ÁGÚST 2019

Heilsa



Marga dreymir um þykka og gljáandi lokka enda þykja þeir sérlega aðlaðandi. Hárið er eins misjafnt og við erum mörg. Margir glíma við hárlos, þunnt hár og þurran og viðkvæman hársvörð. En það er óþarfi að örventa því það eru til lausnir. ➔4

HVER VANN?

Sportið á fréttablaðið.is færir þér allar nýjustu fréttirnar úr heimi íþróttanna.



Árni og Kjartan voru læknarnemar á bækunarskurðeild þegar hugmyndin að niðurtröppun.is kom upp. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Vinna að nýsköpun í heilbrigðiskerfinu

Læknarnir Kjartan Þórsson og Árni Johnsen vöktu athygli fyrr á árinu þegar þeir opnuðu síðuna niðurtröppun.is. Nú eru þeir meðal annars að vinna að öðru verkefni sem snýst um að greikka samskiptaleiðir á spítalanum. ➔2



Kjartan og Árni vinna nú að hugbúnaði sem mun bæta upplýsingaflæði milli heilbrigðisstarfsfólks og inniliggjandi sjúklinga á sjúkrahúsum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Framhald af forsiðu →

Sólrun
Freyja Sen
solrunfreyja@frettabladid.is



Niðurtröppun.is er verkefni sem Kjartan og Árni fóru af stað með í keppninni Nordic Health Hackathon. Þeir bjuggu til niðurtröppunarskema fyrir inniliggjandi sjúklinga á sjúkrahúsi sem þurfa á sterkum og ávanabindandi verkjalyfjum að halda eftir útskrift, til dæmis eftir flóknar aðgerðir. Áður en síðan var opnuð tók það allt að 20 mínútur fyrir lækna að gera slíkt skema fyrir hvern og einn sjúkling, en núna tekur það innan við mínútu. Eftir að sjá hvað síðunni gengur vel uppgötvuðu Kjartan og Árni að það er vel hægt að vinna að nýsköpun innan heilbrigðiskerfisins. „Við getum sagt að það sé eitt af því jákvæða við að vinna í þessu ófullkomna spítalaumhverfi,“ segir Kjartan. „Það eru mörg tækifæri til bóta. Ef maður er hugsandi

og tilbúinn að finna lausnir, þá er ótrúlega margt sem er hægt að gera til að bæta heilbrigðiskerfið okkar.“

Sjúklingar fá rauntímaupplýsingar

Þess vegna ákváðu Kjartan og Árni að taka þátt í Startup Reykjavík til að koma fleiri hugmyndum á framfæri. Nú hafa þeir stofnað fyrirtækið Trackehr og vinna að hugbúnaði sem snýst um að miðla rauntímaupplýsingum til sjúklinga sem eru inniliggjandi á heilbrigðisstofnunum. „Segjum að þú leggst inn á spítala og hittir lækinn þinn í kannski 5-10 mínútur á stofugangi hvers morguns,“ segir Kjartan. Þá fá sjúklingar oft flóknar munnlegar upplýsingar um meðferðina og sjúkdómsgang til dæmis. Kjartan segist taka eftir að sjúklingar muni oft litid hvað lækinn segir og eigi erfitt með að fá nánari útskýringar eftir að lækinn er farinn.

„Fólk er oft skilið eftir í óvissu. Við vildum búa til miðil þar sem heilbrigðisstarfsfólk getur

Það eru mörg tækifæri til bóta. Ef maður er hugsandi og tilbúinn að finna lausnir, þá er ótrúlega margt sem er hægt að gera til að bæta heilbrigðiskerfið okkar.

miðlað rauntímaupplýsingum til sjúklinga, um meðferðina og sjúkdómsganginn.“ Hugbúnaðurinn er líka ætlaður nánustu ættingjum sjúklinganna, en hægt er að skrá þau sem tengiliði og deila með þeim upplýsingum.

„Við trúum að það þurfi virkilega að bæta upplýsingaflæði og að þessi hugbúnaður sé framtíðin. Fólk er vant því að vera með allar upplýsingar í snjallsímanum sínum, en svo allt í einu þegar maður er kominn inn á spítala og heilsa manns er að veði, þá er maður ekki með upplýsingarnar. Við viljum breyta því.“

Nýsköpun sem er almenningsþing til hagsbóta

Kjartan segir að fólk átti sig ekki alltaf á því að starfsfólk spítalans vilji miðla upplýsingunum betur en hingað til hefur það ekki haft miðil til þess. „Eftir að Startup Reykjavík er búid ætlum við að þróa hugbúnaðinn í samstarfi við íslenska heilbrigðiskerfið. Við stefnum síðan að því að færa út kvíarnar erlendis í kjölfarið.“ Til eru sambærilegur hugbúnaður á heilbrigðisstofnunum erlendis, en Kjartan og Árni segja að þar sé hann yfirleitt notaður á göngu- og deildum á meðan þeir vildu leggja áherslu á inniliggjandi sjúklinga. „Mér finnst skipta miklu máli

að fólk viti að það er einhver nýsköpun í gangi í heilbrigðiskerfinu. Þar er margt gott í gangi sem er almenningi til hagsbóta,“ segir Kjartan.

Kjartan og Árni ætla líka að halda áfram að þróa síðuna niðurtröppun.is. „Óþiðafaraldurinn er í gangi út um allan heim og auðvitað aldeilis búinn að ríða yfir Bandaríkin,“ segir Kjartan. Hér á Íslandi eru tölfraðilegar vísendingar um að Íslendingar séu farnir að finna fyrir faraldrinum. Kjartan og Árni útskýra að niðurtröppun.is sé eitt af þeim vopnum sem lækna geti notað gegn faraldrinum.

Innstimplað að fylgja bara verkferlum

Hugmyndin að niðurtröppunarskemanu kom til þegar Kjartan og Árni unnu saman á bæklunarskurðdeildinni. Þá tóku þeir eftir að heilbrigðisstarfsfólk er oft í mikilli tímaþröng og af deildinni útskrifast margir sjúklingar með ávana- og fíknilyf. „Þá var erfitt að gera svona niðurtröppunarskema. Það tók allt frá 10 til 20 mínútum að gera persónusniðið skema fyrir hvern og einn sjúkling. Við vissum að það gleymdist oft í öllu harkinu að gera skema, en við sáum að með því að búa til þessa síðu væri hægt að gera það á 10-20 sekúndum.“

Á þessum tíma voru Kjartan og Árni læknanemar. Kjartan segir að fyrst hafi þeir ekki haft trú á að geta framkvæmt þessa hugmynd. „Það var búid að innstimpla í okkur að fylgja bara verkferlum og hugsa ekkert út fyrir kassann,“ segir Kjartan. „Síðan sá ég keppnina Nordic Health Hackathon auglýsta í tölvupóstinum.“ Kjartan og Árni ákváðu að slá til og taka þátt í keppninni sem var haldin þann 22. mars á þessu ári.

Sigurinn kom á óvart

Árni hefur einhverja reynslu af

forritun þó hún sé fyrst og fremst í tölfraðivinnslu, ekki í vefsíðugerð. „Aðrir þátttakendur í þessu „hakkþoni“ eru hugbúnaðarverkfræðingar og tölvunarverkfræðingar, sem hafa margir atvinnu af því að forrita. Þannig að við vorum ekki sterkustu forritarnir á staðnum,“ segir Árni. Því hafi sigur þeirra Kjartans í keppninni komið þeim sjálfum á óvart. Í kjölfar sigursins fengu Árni og Kjartan töluverða umfjöllun í fjölmiðlum og vöktu athygli heilbrigðisstarfsfólks hvaðanæva af Íslandi. „Við vitum að margir lækna og hjúkrunarfræðingar nota síðuna. Við erum mjög ánægðir með að hún virki og að hún sé notuð. Við vissum sjálfir að síðan virkaði vel fyrir okkur, þannig að við bjuggumst auðvitað við að hún myndi virka fyrir aðra líka.“

Síðan er ekki tilbúin í endanlegri mynd þótt hún hafi þá virkni sem henni er ætlað. Árni og Kjartan stefna á að skemað nái yfir fleiri lyf en eins og er þá nær það bara yfir nokkur morfínskyld lyf. „Við viljum að til dæmis að róandi og kvíðastillandi lyf séu þarna inni og við stefnum á að bæta þeim við á síðuna á næstu mánuðum.“ Nú þegar hafa Árni og Kjartan fengið hrós heilbrigðisstarfsfólks frá ólíklegustu stöðum að eigin sögn, og ábendingar um möguleika sem væri hægt að bæta við á síðunni.

Kjartan og Árni stefna á að sækja um styrk svo hægt sé að borga forritara og jafnvel hönnuði til að gera síðuna flottari og aðgengilegri. „Ég held að síðan geri fólk gagn og þetta gefi fólk miklu betri meðferð,“ segir Kjartan. „Sérstaklega með þessi hættulegu lyf eins og Oxycodone og Contalgin og fleiri morfínskyld lyf. Svo væri draumur ef það væri hægt að tengja síðuna við rafrænu sjúkraskrárkerfin sem eru notuð á heilbrigðisstofnunum, þannig að hún sé enn aðgengilegri fyrir heilbrigðisstarfsfólk.“



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 1 hylki á dag.

abel heilsuvörur

www.abelheilsuvorur.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 Arnadóttir, astaeir@frettabladid.is, s. 550 5764 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Sólrun Freyja Sen, solrunfreyja@frettabladid.is, s. 550 5765 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Útgefandi: Ábyrgðarmaður: Sólumenn: Amar Magnússon, amarn@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 550 5653, Torg ehf

Einingahús

MÁNUDAGUR 12. ÁGÚST 2019

Kynningar: Húsasmiðjan, SG Hús, Jötunn, Strúktúr



Guðbjartur Halldórsson hefur selt einingahús í áratugi. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Eins og að kubbba með Lego

Húsasmiðjan hefur áratuga reynslu af sölu einingahúsa. Hún býður til sölu falleg, vönduð einingahús, hönnuð af íslenskum arkitektum og byggingatæknifræðingum fyrir íslenskar aðstæður. ➔2



Hér sést nýjasta húsið uppsett og tilbúið. Þetta er 107m² hús, rúmgott og fallett.

Framhald af forsiðu →

Víð erum með sjö hús í boði í nokkrum stærðum og gerðum. Það stærsta er 167 m² og það minnsta 27 m². Auk þess erum við með tvo bílskúra, 30 m² og 54 m²,” segir Guðbjartur Halldórsson, söluráðgjafi hjá fagsöluviði Húsasmiðjunnar.

Húsin eru stöðluð framleiðsla en það er gert til þess að halda framleiðslukostnaði í lágmarki en tryggja hámarksgæði við hvert hús. „Áður smíðuðum við einingarnar á Íslandi en nú eru þær framleiddar í Lettlandi affyrirtæki í eigu Íslendinga,“ segir Guðbjartur. Hann nefnir að húsin séu flutt inn í eins stórum einingum og hægt er til að auðvelda samsetningu. Eftir að grunnurinn er steptur tekur ekki nema tvo til þrjú daga að setja húsið saman svo það sé vind- og regnhelt. Auðvelt er að setja einingarnar upp en til þess þarf kaupandi að hafa með sér byggingastjóra með full réttindi. Húsunum fylgja greinagóðar samþykktar teikningar sem auðvelda uppsetningu. „Þetta er svolítið svipað og að setja saman Legokubba,“ segir Guðbjartur í gamni.

Áratuga reynsla

„Það tekur samt ögn lengri tíma en tvo, þrjú daga að gera húsin tilbúin svo hægt sé að flytja inn í þau,“ segir Guðbjartur. Húsunum fylgja hurðir, gluggar og innveggir og hægt er að kaupa þau með timburgölfefningum líka. Einnig fylgja þakstál, flasningar, þakkantaefni og festingar. „Þegar kaupandi hefur unnið úr því efni sem hann kaupir af Húsasmiðjunnari er hann með eitt stykki hús fullbúið að utan og tilbúið undir lagnir (pípu- og raflagnir). Klæðningaefni, til dæmis gífsplötur, raflagna- og pípulagnaefni fylgir ekki með húsunum en Húsasmiðjan selur þessa vöru og býður verðandi kaupendum hana á hagstæðu verði. Það er oft misjafnt hvað hentar eftir staðsetningu húsanna. Innréttingar fylgja ekki. Við seljum þær því miður ekki eins og er, en hver veit nema við byrjum á því einhvern tímann,“ bætir Guðbjartur við en hann hefur sjálfur starfað í bransanum frá árinu 1982 og hefur því bráðum fjögurra áratuga reynslu af sölu einingahúsa. Húsasmiðjan er í nánú samstarfi við hönnuði húsanna og vísar fús-



Guðbjartur segir húsin einföld og fljótleg í uppsetningu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

“Þegar kaupandi hefur unnið úr því efni sem hann kaupir af Húsasmiðjunnari er hann með eitt stykki hús fullbúið að utan og tilbúið undir lagnir.

lega á þá sé óskað frekari ráðgjafar. Húsasmiðjan leggur áherslu á að ferlið sé einfalt og í góðu samráði við kaupanda.

Standast reglugerðir

Húsasmiðjan byrjaði að selja einingahús upp úr miðri síðustu öld og er því komin með mikla reynslu og þekkingu á því sviði. Guðbjartur nefnir að stór hluti

Hverafoldarinnar í Grafarvogi séu einingahús frá Húsasmiðjunnari sem hafi reynst vel. Einingahúsin sem Húsasmiðjan selur eru timburhús. Þau standast allar reglugerðir um heilsárshús og því hægt að nota þau bæði sem íbúðarhús og sumar- bústaði eða gestahús. Guðbjartur nefnir einnig að húsin henti vel fyrir ferðaþjónustu. Meðal annars vegna þess hversu fljótlegt er að setja þau upp.

„Það hafa orðið einhverjar breytingar á húsunum gegnum árin, nýjasta hönnunin hjá okkur er 107 fermetra húsið,“ segir Guðbjartur. Húsið er er mjög rúmgott og fallett með þremur svefnherbergjum, tveimur baðherbergjum, stofu, eldhúsi og rúmgóðri geymslu.

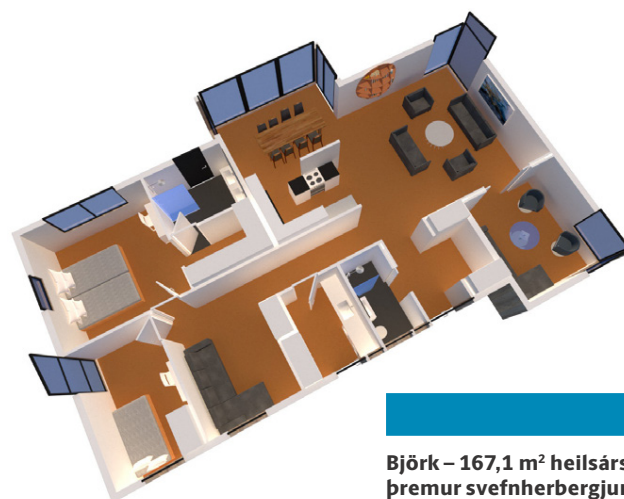
Hin húsin eru með allt frá einu upp í fjögur svefnherbergi og henta því ólíkum fjölskyldustærðum. Á vefsíðu Húsasmiðjunnar, www.husa.is, er hægt að lesa nánar um hvert hús fyrir sig og skoða teikningar.



Gígja – 80 m² heilsárshús með þremur svefnherbergjum.



Gerður – 107 m² heilsárshús með þremur svefnherbergjum.



Björk – 167,1 m² heilsárshús með þremur svefnherbergjum.

Smellinn

forsteyptar einingar



Styttu leiðina heim

Því fyrr sem húsnæðið ris því fyrr geturðu flutt inn. Smellinn forsteyptar einingar styttu byggingartímann. Snjall, traustur og fljótlegur kostur fyrir byggingaraðila sem vilja styttu leiðina heim.

Berið saman verð og gæði. Íslensk framleiðsla tryggir öruggt ferli alla leið.



Sölumenn okkar veita nánari
upplýsingar í síma 412 5050,
á sala@bmvalla.is eða á söluskrifstofu
okkar að Breiðhökla 3 í Reykjavík.



BM·VALLÁ
bmvalla.is

Aukið frelsi til framkvæmda

Hjónin Ólafur Jóhannsson og Helga Sigurðardóttir hafa búið í svokölluðu „sænsku“ einingahúsi í Vesturbænum í rúm 30 ár og líkar vel. Auðvelt sé að breyta þeim og lagfæra eftir eigin höfði.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiser@frettabladid.is



Hin svokölluðu „sænsku“ einingahús voru vinsæl hér á landi um miðbik síðustu aldar en á þeim tíma var mikil vöntun á húsnæði. Mörg húsanna voru reist í Vesturbænum og festu hjónin Ólafur Jóhannsson og Helga Sigurðardóttir kaup á einu slíku árið 1987. „Þetta er gamalt hús, timburhús á steiptum kjallara. Byggt 1945 eða 1947 eða eitthvað slíkt,“ segir Ólafur. Hann segir að þau hjónin hafi strax ráðist í framkvæmdir og reyndist þessi gerð húss henta sérstaklega vel. „Við erum búin að eiga heima þarna í liðlega 30 ár og höfum ákveðna endurgerð á því,“ segir hann. „Það er afskaplega þægilegt að halda þeim við eða breyta þeim. Við breyttum aðeins, létum bæta við glugga og opnuðum allt rýmið,“ segir Ólafur.

Allt rífið úr

Þegar Ólafur er spurður hvers vegna þau hafi ákveðið að kaupa þetta tiltekna hús þá segir hann að það hafi í raun ekki verið markmiðið, það hafi bara hentað vel á þeim tíma, og þeim hjónum hafi þótt húsið áhugavert. Þá segir hann að það sé mikið frelsi fólgið í því að búa í húsi af þessari gerð vegna þess hve auðvelt það sé að breyta því og bæta við það. Hjónin réðust strax í umfangsmiklar framkvæmdir. „Við keyptum húsið og hentum öllu út, tókum niður sperrur og bita úr loftinu, opnuðum allt upp í mæni og breyttum því,“ segir hann. Að öðru leyti var helsti munurinn á milli þess að búa í hefðbundnu húsi og svo einingahúsi einfaldlega sá að færa sig úr fimmbýli á Freyjugötu og yfir í sérbýli í Vesturbæ.



Ólafur segir þau hjónin hafa valið gula litinn í takt við húsagerðina og upprunalandið.



Guli liturinn nýtur sín vel á timburklæðningunni.

„Munurinn var auðvitað fyrst og fremst bara að flytja í sérbýli,“ segir Ólafur. „Það er náttúrulega bara lúxus.“

Vandað til verka

Þegar Ólafur og Helga fóru að breyta og lagfæra ákváðu þau strax að reyna eftir fremsta megni að halda í og heiðra upprunalegt útlit hússins. Það eru fleiri hús af þessari gerð í götunni en Ólafur segir flest hús hafa gengið í gegnum breytingar með nýjum eigendum. „Það er hreyfing á þeim og búið að vera að gera þau upp og endurnýja mörg hver.“ Þau hjónin endurgerðu klæðningu hússins í upprunalegri mynd og var þar vandað til verka. „Við erum með nákvæmlega sömu

klæðningu og var á þessum húsum í upphafi, það er þessi timburklæðning,“ segir Ólafur. „Við létum útbúa timbrið, renna lista þannig að það væri eins og það var upprunalega.“ Þetta var gert af mikilli nákvæmni. „Við létum rúnna listana sem fóru á samskeytin, létum vinna þá alveg eins og listana sem við tókum af húsinu.“

Farsælt teymi

Ólafur segir að þau hjónin vinni vel saman og að frúin fari þannig í hlutverk arkitektsins enda með næmt auga á meðan hann sér um að framkvæma og gera hugmyndina að veruleika. „Það verður nú að hæla henni Helgu, hún er svona okkar arkitekt og á heiðurinn af öllum helstu breytingum og hönnunarskipulagi,“ segir Ólafur. „Hún hefur mjög gott auga fyrir þessu en svo er ég ágætur í að framkvæma og get tekið við og látið hugmyndirnar verða að veruleika, svona að nokkru leyti,“ segir Ólafur.

Herragarðsgulur

Ólafur sem starfaði sem málari um árabíl, og vann á þessum tíma sem solumaður í Slippfélaginu, tók ekki annað í mál en að fá ekta sænskan, gulan (vitaskuld) lit á húsið, sem var þá grátt að lit. Þegar Ólafur fór að fara í gegnum gömul lög af málningu komu meðal annars rauður og blár í ljós en hann segir að það sé ómögulegt að segja til um hvaða litur hafi verið upphaflega en telur að húsið hafi mögulega verið marglitt. Þau hjónin vildu mála það gult í takt við húsagerðina og upprunalandið. Í leit sinni að „stöðluðum sænskum lit“, eins og Ólafur orðar það, fann hann fallega gulan lit sem hét hinu hátíðlega nafni herragarðsgulur. „Getur varla verið öllu sænskara, en sjón er sögu ríkar,“ segir Ólafur.

INN

lifun

Suðurlandsbraut 26 Sími: 587 2700

Opið: 11-18 virka daga

www.alno.is

ALNO

Now that's a kitchen.

Fasteignablaðið

32. TBL. MÁNUDAGUR 12. ÁGÚST 2019

FASTEIGNIR. FRETTLADID.IS



Sigurður Samúelsson
Lögg. fast. og eigandi



Þóririnn Þorarson
Sölustjóri og eigandi



Þórey Ólafsdóttir
Lögg. fast. og eigandi



Andri Sigurðsson
Lögg. fast. og eigandi



Sveinn Eyland
Lögg. fast. og eigandi



Ása Þóll Ragnarsdóttir
Skjalavinnsla/móttaka



Nadia Katrin Banine
Löggiltur fast.



Ingibjörg A. Jónsdóttir
Löggiltur fast.



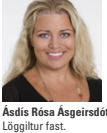
Eggert Maríusson
Löggiltur fast.



Helga Snorraddóttir
Skrifstofa/skjalavinnsla



Guðrún D. Lúdvíksdóttir
Löggiltur fast.



Ásdís Rósa Ásgeirsdóttir
Löggiltur fast.



Stiggi Fannar
Löggiltur fast.

www.landmark.is

... leiðir þig heim!



Hlíðasmára 2 201 Kópavogi Sími 512 4900



ERT ÞÚ Í SÖLUHUGLEIÐINGUM?

Við erum til þjónustu reiðubúin

-örugg fasteignaviðskipti



Elín Viðarsdóttir
Löggiltur fasteignasali



Björn Þorri Viktorsson hrl.
Löggiltur fasteigna- og skipasali



Jóhann Örn B. Benediktsson
Skrifstofustjóri

MIDBORG FASTEIGNASALA - SUNDAGARÐAR 2 - 104 REYKJAVÍK - SÍMI: 533 4800

www.midborg.is



Gistihaus í fullum rekstri er nú til sölu. Sannkallað atvinnutækifæri.

Gistiheimili í miðbænum

Eignamiðlun, Grensásvegi 11, sími 588 9090, kynnir vel staðsett gistiheimili í miðbæ Reykjavíkur. Samkvæmt skráningu Þjóðskrár Íslands er heildarflatarmál eignarinnar 377 fm.

Nánari lýsing. Í kjallara er annars vegar hægt að ganga inn um sérinngang aftan við húsið, en einnig niður stiga frá fyrstu hæð. Þar eru fjögur herbergi með baði og tvö herbergi án baðs. Baðherbergi með sturtu,

þvottahús og geymsla. Kjallari er allur flisalagður.

Á fyrstu hæð eru stofurnar notaðar sem herbergi, gengið er inn í forstofu og þaðan inn í rúmgott hol, þar sem eru stigar upp á efri og neðri hæð. Frá holi er gengið inn í parketlagða stofu (herbergi). Frá stofu er gengið inn í svefnherbergi. Mjög stór borðstofa og gott eldhús. Baðherbergi með sturtuklefa.

Á annarri hæð eru þrjú herbergi með baði, eitt þeirra með útgengi út á svalir. Herbergi án baðs og baðherbergi með sturtu á hæðinni. Þegar komið er upp stigann er gott hol og þaðan er stigi upp í ris.

Gengið upp brattan stiga, þar sem er lítið hol og salerni. Frá holi er gengið inn í rúmgott herbergi.

Garðskáli er á lóð og er innréttaður sem eitt herbergi með baðherbergi. Um er að ræða gistiheimili sem er í fullum rekstri.

Upplýsingar um gistiheimilið má finna hér: erichthered.is.

Nánari upplýsingar veita: Guðlaugur Ingi Guðlaugsson löggiltur fasteignasali, sími 864-5464, guðlaugur@eignamidlun.is og Sværrir Kristinsson löggiltur fasteignasali, sími 861-8514.



Háholt 14, Mosfellsbær

- Sími: 588 5530
- berg@berg.is - www.berg.is
- GSM 897 0047

Þétur Þétursson
lögg. fasteignasali
petur@berg.is

RÍKISKAUP

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

Allar nánari upplýsingar veita starfsmenn Ríkiskaupa í síma 530 1400 eða í gegnum netfangið fasteignir@rikiskaup.is



ÁSAVEGUR 31,
900 VESTMANNAEYJAR - EINBÝLI



Einbýlishús við Ásaveg 31 í Vestmannaeyjum. Aðalháð er 128,8 m², ris 39 m² og bílskúr 65,5 m², 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 nýtast vel. Góður afgirtur, hellulagður sólpallur suðvestan eignar. Þakefni 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 flisalagt 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. Baðherbergi og eldhúsinnrétting er innst í rými. Stórt malbikað bílplán 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 árabil. 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



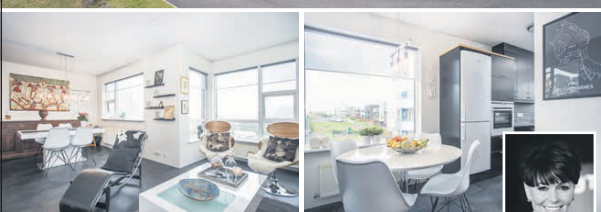
Um er að ræða fimm byggingar sem hýst hafa starfsemi SÁÁ frá árinu 1980. Öllum byggingunum hefur verið ágætlega við haldið. Náttúrufegurð er mikil og staðsetning er á rólegum og fallegum útsýnisstað til suðurs yfir Hvammsfjörð og Skógarströnd. Staðarfell er í um 30 mínútna aksturjarlægð frá Búðardal 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



Hafðis Fasteignasali 820 2222 | Sigurður Fasteignasali 898 6106 | Dórothea Fasteignasali 898 3326 | Þorsteinn Fasteignasali 694 4700 | Jóhanna Kristín Fasteignasali 837 8889 | Árni Ólafur Fasteignasali 893 4416 | Berglind Fasteignasali 694 4000 | Jón Gunnar Fasteignasali 848 7099 | Helgi Fasteignasali 780 2700 | Sigríður Fasteignasali 699 4610 | Hrónn Fasteignasali 692 3344 | Hólmgeir Lögmaður 520 9595 | Þóra Fasteignasali 822 2225 | Þorgeir Fasteignasali 696 6580 | Lilja Fasteignasali 663 0464 | Hafliði Fasteignasali 846 4960 | Ragnar Sölufulltrúi 844 6516 | Garðar Fasteignasali 899 8811

Kristnibraut 87 113 Reykjavík **54.900.000**



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 13. ágúst kl. 17.30-18.00
Herbergi: 4 Stærð: 130,3 m²

Mjög falleg og rúmgóð 4ra herb. útsýnisíbúð ásamt stæði í bílageymslu á 2. hæð í góðu 6 íbúða fjölbýlishúsi. Samtals er eignin skráð 130 fm og þar af er geymslan skráð 8,2fm. Svefnherbergin eru 3, stofur rúmgóðar með óviðjafnanlegu útsýni, rúmgóðar suðvestur svalir, þvottaherbergi er innan íbúðar og eldhús með góðum borðkrók við glugga. Frábær staðsetning þar sem stutt er í skóla, leikskóla, íþróttasvæði Fram og fallegar gönguleiðir í náttúrunni.

Upplýsingar veitir Hafðis fasteignasali í gsm: 820 2222

NÝTT Í SÖLU
SÉRHÆÐIR
FRÁBÆRT ÚTSÝNI



OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 12. ÁGÚST KL. 17.30-18.00
Verð: 64.500.000 | Herbergi: 4ra | Stærð: 115,4 m²

Nýjar og glæsilegar sér hæðir til sölu á frábærum útsýnisstað. 2 íbúðir eftir á neðri hæð. Sér inngangur, Brúnás innréttingar, bæði baðkar og sturta og þrjú svefnherbergi. Næg bílastæði við húsið og sameiginleg hjóla og vagnageymsla. Sér afnotareitur á neðri hæðum. Mjög stutt er í leikskóla og skóla sem og út í fallega náttúru.

Afhending er við kaupsamning.
Byggingaraðili er: INGVAR & KRISTJÁN ehf.
Hafðis fasteignasali 820 2222

Norðurbakki 5a 220 Hafnarfirði **49.900.000**



HRINGIÐ OG BÓKIÐ SKOÐUN S. 820-2222
Herbergi: 3 Stærð: 104,4 m²

Falleg og vel skipulögð 3ja herbergja íbúð á þriðju hæð með stæði í bílageymslu í vönduðu lyftuhúsi í Bryggjuhverfinu í miðbæ Hafnarfjarðar. Allar innréttingar og efnisval er samræmt og gólfefni er flísar og hnotulitað pl.parket. Þvottaherbergi er innan íbúðar og bæði baðkar og sturtuklefi á baðherbergi. Órutt er í alla þjónustu og fallegar gönguleiðir við sjóinn

Ástu Sólliljugata 16 270 Mosfellsbæ **74.900.000**



OPIÐ HÚS mánudaginn 12. ágúst kl. 18.30-19.00
Herbergi: 4 Stærð: 176,5 m²

Fallegt og sérlega vel skipulagt Nýtt fullbúið raðhús á einni hæð með innbyggðum bílskúr. Húsið er tilbúið til afhendingar. Alrými með eldhúsi og stofu, stórt baðherbergi, gestasalerni, þrjú góð svefnherbergi, sér sjónvarpshol og rúmlegt þvottahús. Lóðin er frágengin og bílapan hellulag. Fjölskylduvænt hverfi, stutt er í útivist, fjallgöngu og einstaka menningu í Álafoskvosinni. Upplýsingar veitir Hafðis fasteignasali í gsm: 820 2222

Naustabryggja 57 110 Reykjavík **47.900.000**



OPIÐ HÚS mánudaginn 12. ágúst kl. 17.30-18.00
Herbergi: 4 Stærð: 110,5 m²

Sjarmerandi og falleg 4ra herb útsýnisíbúð í góðu lyftuhúsi í Bryggjuhverfi Reykjavíkur. Íbúðin er á 3ju hæð björt og falleg með gólfisíum gluggum, mikilli lofthæð að hluta, 3 góðum svefnherb, þvottahúsi innan íbúðar og samliggjandi stofu og eldhúsi. Góð staðsetning þar sem órutt er í fallegar gönguleiðir við vögn og frábært útsýni frá íbúð m.a að smábátahöfninni. Upplýsingar veitir Hafðis fasteignasali í gsm: 820 2222

Hraunteigur 19 105 Reykjavík **69.900.000**



BÓKIÐ SKOÐUN Í SÍMA 846-4960
Herbergi: 5 Stærð: 147,6 m²

Falleg 4ra herbergja 147,6 fm hæð á frábærum stað við Hraunteig 19 í Laugardalnum með bílskúr. Íbúðin er með góðum 3 svefnherbergjum og tveimur stórum stofum. Auðvelt væri að koma fyrir fjórða svefnherberginu. Eldhús með ofni í vinnuhæð og innfeldri uppþvottavél. Baðherbergi með baðkari með sturtuáðstöðu, flíslagt með hita í gólf og handklæðaofni. Upplýsingar veitir Hafliði fasteignasali í gsm: 846 4960

Desjamýri 270 Mosfellsbær **15.900.000**



BÓKIÐ SKOÐUN Í SÍMA 846-4960
Herbergi: 2 Stærð: 42 m²

Desjamýri 7 - 02 0138 - 42 m² geymsluhúsnæði /bílskúr á lokuðu svæði í Mosfellsbæ. Búið er að setja upp gott mill loft sem er ekki inn í fermetratölu. Heitt og kalt vatn er í húsnæðinu og hefur epoxy verið sett á gólf. Skúrinn er á lokuðu afgirtu svæði með hliði sem stjórnað með síma. Sameiginlegt salerni er á svæðinu. Upplýsingar veitir Hafliði fasteignasali í gsm: 846 4960

Sunnufliöt 31 210 Garðabær **TILBOÐ**



ÓSKAÐ ER EFTIR TILBOÐI Í EIGNINA! HRINGIÐ OG BÓKIÐ SKOÐUN
BÓKIÐ SKOÐUN Í 898-6106
Herbergi: 8 Stærð: 252 m²

Einbýlishús á 2. hæðum með tvö-földum bílskúr. Húsið er skráð 252,7fm, þar af er bílskúr skráður 38,4fm, jarðhæð skráð 62,9fm og efrri hæð skráð 150,7fm.

Í húsið skiptist í forstofu, þvottaherbergi, tvo salerni, sex herbergi, tvennar stofur, eldhús og borðstofu. Húsið er byggt 1966 og að mestu upprunalegt. Húsið er á stórrí lóð.

Upplýsingar veitir Sigurður fasteignasali í gsm: 898 6106

Skipalón 1 220 Hafnarfirði **62.500.000**



OPIÐ HÚS mánudaginn 12. ágúst kl. 17:30-18:00
Herbergi: 5 Stærð: 131,9 m² Bílageymsla

Glæsileg 5 herbergja íbúð á efstu hæð (5.hæð) í góðu lyftuhúsi. Íbúðin er á enda og því með góðum gluggum í þrjár áttir með stórglæsilegu útsýni til vesturs.

Stæði í bílageymslu fylgir íbúðinni. Fjögur góð svefnherbergi eru í íbúðinni. Húsið er klætt að utan með sléttu áli og því einkar viðhaldslítið.

Upplýsingar veitir Berglind fasteignasali í gsm: 694 4000

Álfaheiði 15 220 Kópavogi **79.900.000**



OPIÐ HÚS mánudaginn 12. ágúst kl. 18:30-19:00
Herbergi: 5 Stærð: 179,1 m² Bílskúr

Gott fjölskylduhús í grónu hverfi í suðurhlíðum Kópavogs. Í eigninni eru fjögur svefnherbergi og tvö salerni. Góður bílskúr er sambyggður húsinu. Búið er að endurnýja rafmagnstöflu og stóran hluta af rafmagni eignarinnar. Stutt er í Álfhólskóla og íþróttamiðstöð Digrahness.

Upplýsingar veitir Berglind fasteignasali í gsm: 694 4000

Drekavellir 24 A 221 Hafnarfirði **51.900.000**



OPIÐ HÚS miðvikudaginn 14. ágúst kl. 17:00 - 18:00
Herbergi: 5 Stærð: 132,8 m²

Björt og rúmgóð 5 herbergja íbúð á efstu hæð í þriggja hæða fjölbýlishúsi á eftirsóttum stað í Hafnarfirði. Íbúðin er vel skipulögð með hita í gólf, Suður svölum og búið vönduðum innréttingum og gólfefnum. Stutt er í skóla, leikskóla og almenna þjónustu. Íbúðin sjálf skiptist í forstofu, eldhús, stofu, baðherbergi, þvottahús, geymslu og eru fjögur svefnherbergi. Uppl. veitir Ragnar aðstoðarmaður fasteignarsala í gsm: 844 6516

Óskum eftir öllum stærðum og gerðum eigna á skrá - Skoðum og metum samdægurs - Sanngjörn sölubóknun.



**FASTEIGNA
MARKAÐURINN ehf.**

Óðinsgötu 4, 101 Reykjavík

Sími 570 4500 • fastmark@fastmark.is • www.fastmark.is

Jón Guðmundsson lögg. fasteignasali

Guðmundur Th. Jónsson lögg. fasteignasali

Í TRAUSTUM HÖNDUM Í ÁRATUGI



Jón Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
jon@fastmark.is



Guðmundur Th. Jónsson
Lögg. fasteignasali
gtj@fastmark.is



Heimir Fannar Hallgrímsson
hdl. og lögg. fasteignasali
heimir@fastmark.is



Elín D. Wyszomirski
Lögg. fasteignasali
elin@fastmark.is



Magnús Axelsson
Lögg. fasteignasali
magnus@fastmark.is



Gísli Rafn Guðfinnsson
Aðstoðarmaður
fasteignasala
gisli@fastmark.is



Hallveig Guðnadóttir
Skrifstofustjóri
hallveig@fastmark.is

Kirkjusandur – Nýr borgarhluti við sjávarsíðuna • Stuðlaborg – Nýjar og glæsilegar íbúðir í grónu hverfi • Leitið upplýsinga á skrifstofu

Íbúðahótel á frábærum stað í miðborginni.



- Til sölu íbúðahótel við Grettisgötu. Um er að ræða 5 samþykktar íbúðir auk einnar ósamþykkrar íbúðar og geymslna, samtals 245,8 fermetra.
 - Gistileyfi í flokki II er í gildi til júlí 2020 og fæst að öllu óbreyttu endurnýjað eftir það.
 - Um er að ræða virkilega fallegt og hlýlegt nýuppgert 6 eininga íbúðahótel. Í húsinu hefur verið starfrækt gistipjónusta með öllum tilskyldum leyfum í 10 ár. Húsið var að öllu leyti endurbýtt árið 2010. Svalir eru á 4 íbúðum.
 - Bókunarkerfi og bókunarreikningar eignarinnar fylgja með og þá sú áunna einkunn sem safnast hefur en hún er 8.6 a booking.
- Starfsemin hefur fengið mikið lof fyrir hönnun, þægindi og staðsetningu.

Bjarkarholt 8-20 - Mosfellsbæ. Nýjar íbúðir fyrir 50 ára og eldri



Íbúðirnar eru frá 2ja herbergja upp í glæsilegar þakíbúðir. Hverri íbúð fylgir sér bílastæði í bílarkjallara með aðstöðu fyrir hleðslu rafbíla. Húsin eru hönnuð af ASK arkitektum og Landhönnun sér um hönnun lóða og umhverfis þar sem stuðlað er að „grænni“ ásýnd hverfisins. Frábær staðsetning þar sem stutt er í alla þjónustu og stofnæðar. Traustur verktafi með alþjóðlega vottun.

Brekkubyggð 17 – Garðabæ. 3ja herbergja efri sérhæð.



- Eignin verður til sýnis í dag, mánudag frá kl. 18.00 – 18.30**
- Virkilega falleg og björt 92,3 fm. efri sérhæð við Brekkubyggð með vernd til suðurs og frábæru útsýni yfir borgina, að Snæfellsjökli, Bláfjöllum og víðar.
 - Íbúðin er þó nokkuð endurnýjuð. Innrétting og tæki í eldhúsi eru nýleg og parket á íbúðinni er nýlegt. Íbúðin er nýmáluð að innan.
 - Stór stofa með gluggum til norðurs og austurs og einstöku útsýni yfir borgina. Opíð eldhús við stofu. Tvöfaldur ísskápur í eldhúsi og uppþvottavél fylgja með eigninni.
- Eignin er laus til afhendingar við kaupsamning. Staðsetning er miðsvæðis í Garðabæ. Verð 46,9 millj.

Kambasel 54. 3ja - 4ra herbergja íbúð á efstu hæð.



- Eignin verður til sýnis í dag, mánudag frá kl. 17.15 – 17.45**
- Góð 102,1 fm. 3ja - 4ra herbergja íbúð á 3. hæð, efstu, að meðtöldi sér geymslu við Kambasel. Húsið var allt sprunguviðgert og málað árið 2018 og þak yfirfarið sama ár.
 - Stofa/borðstofa með útgengi á svalir til austurs. Tvö herbergi auk þess sem eitt herbergi hefur verið útbúið í hluta stofu. Þvottaherbergi innan íbúðar.
 - Búíð er að endurnýja innréttingu og tæki í eldhúsi, baðherbergi og gólfefni að hluta.
- Staðsetning eignarinnar er mjög góð þaðan sem stutt er í skóla og leikskóla. Verð 41,9 millj.

Álfhólsvegur 119 – Kópavogi. Efri sérhæð ásamt bílskúr.



- Eignin verður til sýnis í dag, mánudag, frá kl. 18.15 – 18.45**
- Vel skipulögð 6 herbergja 155,7 fm. efri sérhæð í þrjúhúsi auk 22,5 fm. bílskúr, við Álfhólsveg. Glæsilegt útsýni til vesturs og norðurs.
 - Húsið er klætt á austur og suðurhlíð og nýlega hafa verið gerðar múrviðgerðir á norðurhlíð hússins. Gluggar voru málaðir árið 2018. Nýlegt harðparket er á aðalrymnum hæðarinnar.
 - Hæðin er með stórum gluggum sem hleypa inn góðri birtu.
 - Stofa sem rúmar vel setu- og borðstofu með gluggum til suðurs, vesturs og norðurs og útgengi á svalir til suðurs. 5 svefnherbergi.
- Verð 59,9 millj.

Barónsstígur 19 – 3ja herbergja íbúð



- Eignin verður til sýnis í dag, mánudag frá kl. 16.30 – 17.00**
- Virkilega falleg og vel skipulögð 62,6 fermetra íbúð á 2. hæð í góðu steinsteypu fjórþýli við Barónsstíg.
 - Íbúðin er afar sjarmerandi með fallegum loftlistum og rósettum. Aukin lofthæð er í íbúð (2,6m). Árið 2007 var húsið málað og sama ár var heimingur af þakinu, sem snýr að Barónsstíg, endurnýjað. Stofa með glugga til vesturs. Tvö herbergi. Útsýni úr eldhúsi að Laugavegi og Hallgrímskirkju. Sameign er snyrtileg og með stórum gluggum til vesturs. Falleg gluggasetning og upprunleg víðar handrið við stiga. Útgengi á baklóð frá sameign. Tyrfd baklóð.
- Verð 35,9 millj.

Langalína 19 – Sjálandi Garðabæ. Glæsileg 5 herbergja íbúð á efstu hæð.



- Glæsileg 131,2 fm. íbúð á efstu hæð með mjög mikilli lofthæð að hluta í vönduðu fjölþýlishúsi með lyftu við Löngulínu. Sér bílastæði í bílageymslu.
 - Gólfíðir gluggar til suðurs eru í stofu og loft-hæð í stofu og eldhúsi allt að 4,0 metrar. Miklar eikarinnréttingar í eldhúsi. Fjögur svefnherbergi eru í íbúðinni í dag en auðvelt er að taka niður 2 léttu vegg og stækka stofu þar sem parket er lagt undir þá vegg.
 - Úr stofu er útgengi á mjög rúmgóðar og skjól-sælar svalir til suðurs með útsýni yfir opið svæði.
- Lóðin er með góðri aðkomu og fjölda bílastæða fyrir framan húsið og stóru opnu svæði á lóð til suðurs fyrir aftan hús. Verð 78,9 millj.

Hamraborg – Kópavogi. 4ra herbergja útsýnisíbúð á efstu hæð.



- 122,2 fm. einstök útsýnisíbúð á efstu hæð í nýviðgerðu fjölþýlishúsi við Hamraborg auk um 30 fm. þaksvala til suðurs og annarra svala til vesturs og aðgengis að bílageymslu undir húsinu.
 - Stór stofa með gluggum til norðurs og suðurs. Sjónvarpsstofa innaf stofu. Þrjú herbergi.
 - Aðeins eru tvær íbúðir á hæðinni. Sameign er öll endurnýjuð með nýjum gólfefnum. Nýtt dyrasíma-kerfi með myndavél og nýleg lyfta.
 - Frá íbúðinni nýtur einstaks útsýnis yfir borgina, að Esjunni, Snæfellsjökli, Reykjanesi, Bláfjöllum, Vífilfelli og víðar.
- Verð 49,9 millj.

Sumarhús – Hálsaskógi Skorradal



- 29,9 fermetra sumarhús, bjálkahús, ásamt 14,4 fermetra gestahúsi á 2.585 fermetra leigulandi í Hálsaskógi í Skorradalshreppi.
 - Landið er vaxið birki frá náttúrunnar hendi og útsýnis nýtur frá bústaðnum yfir vesturenda Skorradalsvatns og fjallahringinn.
 - Bústaðurinn og gestahúsið er allt viðarklætt að innan. Bústaðurinn er upphitaður með rafmagni.
 - Húsin eru timbureiningahús á steyptum undirstöðum (súlum). Aðalhlúsið er innflutt en gestahúsið er reist á staðnum.
- Verð 15,9 millj.

Baldursgata 22 – 3ja herbergja íbúð – laus fljótlega



- Falleg 58,9 fm. íbúð á 2. hæð með svölum til suðvesturs á þessum eftirsóttu stað í miðborginni.
 - Eignin var öll endurnýjuð hið innra fyrir um 10 árum síðan og er í góðu ástandi. Árin 2015 og 2016 var húsið allt viðgert að utan og málað. Stigahús var teppalagt og málað árið 2014 og er afar snyrtilegt.
 - Stofa er rúmgóð með gluggum til suðvesturs. Eldhús með hvítum snyrtilegri innréttingu. Rúm-góð herbergi. Svalir til suðvesturs út af minna herberginu.
- Virkilega góð eign á rólegum og eftirsóttum stað í þingholtunum. Verð 39,9 millj.



EIGNAMIÐLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957



Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali



Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali
s. 824 9093



Guðmundur Sigurjónsson
Lögræðingur, löggiltur fasteignasali



Guðlaugur I. Guðlaugsson
Löggiltur fasteignasali
s. 864 5464



Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali, sölustjóri
s. 899 1882



Magna S. Sverrisdóttir
MBA, löggiltur fasteignasali
s. 861 8511



Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali, leigumíðlari
s. 824 9098



Brynjar Þ. Sumarliðason
BSc í viðskiptafræði, löggiltur fasteignasali
s. 896 1168



Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
s. 824 9096

EIRÍKSGATA 6 - GISTIHEIMILI 101 REYKJAVÍK



BÓKIÐ SKOÐUN



Húsið er tvær hæðir og kjallari, auk garðskála, samtals um 380 fm. Í því eru 12 herbergi auk stofu, baðherbergja, eldhúss og fl. rýma. Á netinu eru upplýsingar um eignina á: ericthered.is
Nánari uppl. Guðlaugur Ingi Guðlaugsson lg.fs. s. 864 5465, guðlaugur@eignamidlun.is og Sverrir Kristinsson lg.fs. 861 8514, sverrir@eignamidlun.is

STIGAHLÍÐ 64 105 REYKJAVÍK



BÓKIÐ SKOÐUN



Stórglæsilegt 350.3 fm vel staðsett einbýlishús með tvöföldum innbyggðum bílskúr. Húsið var endurnýjað á vandaðan hátt árið 2008 og 2009. Fimm svefnherbergi, 3 baðherbergi og gestasnyrtng. Stór afgirt lóð og harðviðarverönd með heitum potti til suðurs. Húsið er laust til afhendingar við kaupsamning.
Nánari uppl. Sverrir Kristinsson lg.fs. 861 8514, sverrir@eignamidlun.is og Þórarinn M. Friðgeirsson lg.fs. s. 899 1882, thorarinn@eignamidlun.is

SJAFNARBRUNNUR 13-15 113 REYKJAVÍK



OPIÐ HÚS

230.5 fm 5 herbergja mið raðhús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr. Húsunum verður skilað fullbúnum að utan með tilbúnni lóð og tilbúð til innréttingar að innan. **V. 69,9m**
Opíð hús mánudaginn 12. ágúst milli kl. 17:00 og 17:30
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg. fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is, Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

NESHAGI 15 107 REYKJAVÍK



BÓKIÐ SKOÐUN

Góð 154.2 fm 5 herbergja sérhæð með bílskúr á fyrstu hæð með séringngangi. Mjög góð staðsetning. Stutt er í skóla á öllum stígum, íþróttasvæði KR, verslun og þjónustu ásamt falletum göngu- og hjólaeiðum við Ægissíðuna. **V. 69,9m**
Nánari uppl. Hreiðar Levý Guðmundsson lg.fs. s. 661 6021, hreidar@eignamidlun.is

ÁRSKÓGAR 6 109 REYKJAVÍK



OPIÐ HÚS

Falleg 110,6 fm fjögurra herbergja íbúð á 7. hæð í lyftuhúsi. Um er að ræða íbúð fyrir eldri borgara. Merkt bílastæði í bílgeymslu fylgir. Gott útsýni, falleg gróin lóð með púttflöt. **V. 57,9m**
Opíð hús þriðjudaginn 13. ágúst 16:00-16:30
Nánari uppl. Brynjar Þór Sumarliðason lg.fs. s. 896 1168, brynjar@eignamidlun.is

GVENDARGEISLI 44 113 REYKJAVÍK



OPIÐ HÚS

138.9 fm 4-5 herb. endaíbúð á efstu hæð í góðu vel staðsettu húsi. Séríngangur af útitróppum. Vandaðar eikarinnréttingar. 4 rúmgóð herbergi (eitt teiknað sem geymsla) rúmgóð stofa og góðar suðursvalir með ágætum útsýni. Endastæði í bílageymslu fylgir íbúðinni. Órstutt í grunnskóla og tvo leikskóla.
Opíð hús miðvikudaginn 14. ágúst milli kl. 17:15 og 17:30
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg. fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is, Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

HELLUVAÐ 7 110 REYKJAVÍK



BÓKIÐ SKOÐUN

111.0 fm 4 herbergja endaíbúð ásamt sérstæði í bílageymslu. 3 svefnherbergi, sérþvottahús. Góðar valir. Laus strax. Svalir eru út frá stofu til suðurs/suðvesturs og eru skráðar 9,3 fm. **V. 47,5m**
Nánari uppl. Hreiðar Levý Guðmundsson lg.fs. s. 661 6021, hreidar@eignamidlun.is

FÍFULIND 4 201 KÓPAVOGUR



BÓKIÐ SKOÐUN

Góða 109.5 fm, 4 herb. íbúð með rúmgóðum suðursvölum. Nýbúð er að fara í múrviðgerðir á húsinu og mála að utan. **V. 49,9m**
Nánari uppl. Hreiðar Levý Guðmundsson lg.fs. s. 661 6021, hreidar@eignamidlun.is, Sverrir Kristinsson, lg.fs. s. 861 8514, sverrir@eignamidlun.is

60
ÁRA

FRAMÚRSKARANDI
SÍÐAN 1957



GRENSÁSVEGUR 11

SÍMI 588 9090



Guðbjörg
Matthíasdóttir
Lögræðingur,
löggiltur
fasteignasali
s. 588 9090



Ármann Þór
Gunnarsson
Löggiltur
fasteignasali
s. 847 7000



Hrafnhildur
Björk
Baldursdóttir
Löggiltur
fasteignasali
s. 862 1110



Hreiðar Levy
Guðmundsson
Löggiltur
fasteignasali
s. 661 6021



Herdis Valb.
Hölludóttir
Lögræðingur,
löggiltur
fasteignasali
s. 694 6166



Jenny Sandra
Gunnarsdóttir
Skrifstofustjóri



Ásdís H.
Júlíusdóttir
Ritari



María Guðrún
Waltersdóttir
Móttökuritari



Sesselja K.
Sigurðardóttir
Skjalavinnsla/
auglýsingar

OPIÐ HÚS

ÞRIÐJUDAGINN 13. ÁGÚST, KL. 17.00 - 17.45

Hverfisgata 85



OPIÐ HÚS

Í HÚSINU ERU 70 FALLEGAR OG VEL HANNAÐAR 2JA - 4RA HERBERGJA ÍBÚÐIR

Húsið er hluti af heildaruppbyggingu á hluta Baróns- og Laugavegsreit með nýjum göngustígum, uppgerðum eldri húsum auk nýbygginga.

- Íbúðir afhendast fullbúnar án gólfefna fyrir utan votrymi
- Flisar á votrymum
- Innfeld lýsing og steinn á borðum
- Öllum íbúðum fylgir sér staði í bilakjallara

Hreiðar Levi Guðmundsson
löggiltur fasteignasali
hreiðar@eignamidlun.is
Sími 661 6021



Brynjar Þór Sumarliðason
löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
Sími 896 1168



OPIÐ HÚS

MÁNUDAGINN 12. OG MIÐVIKUDAGINN 14. ÁGÚST, KL. 17.00 - 18.00

Efstaleiti 19-27 og Lágaleiti 1-9

Nútímalegt íbúðahverfi á besta stað í borginni



OPIÐ HÚS

- Íbúðir afhendast fullbúnar án gólfefna fyrir utan votrymi
- Rut Kára innanhúsarkitekt sá um að velja saman efni og liti á innréttingum
- Sér bílastæði í bilageymslu með flestum íbúðum
- Íbúðir afhentar fullbúnar með öllum innbyggðum eldhústækjum
- Deililíbáþjónusta verður aðgengileg fyrir íbúa svæðisins
- Sannkallað miðborgarhverfi í göngufærri við helstu verslunar- og þjónustukjarna og falleg útivistarsvæði

Herdis Valb. Hölludóttir
löggiltur fasteignasali
herdis@eignamidlun.is
Sími 694 6166



Guðlaugur Ingi Guðlaugsson
löggiltur fasteignasali
gudlaugur@eignamidlun.is
Sími 864 5464



VEFARASTRÆTI 20 270 MOSFELLSBÆR



BÓKIÐ SKOÐUN

Vönduð 3ja herbergja íbúð í góðu lyftuhúsi, alls 87 fm á annari hæð. Stórar svalir með útsýni. Staði í bilageymslu fylgir eigninni. Góður sameiginlegur garður með leiktækjum fyrir börn. Virkilega góð eign í vönduðu húsi. **V. 44,9m**
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg. fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is, Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is



JÖKLAFOLD 41 112 REYKJAVÍK



OPIÐ HÚS

136.8 fm 4 herb. íbúð með bílskúr og tvennum svölum í barnvænu hverfi. **V. 46,9m**
Opið hús þriðjudaginn 13. ágúst milli kl. 17:00 og 17:30
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg. fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is, Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

BERJARIMI 34 112 REYKJAVÍK



BÓKIÐ SKOÐUN

109.5 fm 4 herb. íbúð með auka herbergi í risi ásamt staði í opinni bilageymslu. **V. 47,3m**
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg. fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is, Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

SUÐURBRAUT 2 220 HAFNARFJÖRÐUR



BÓKIÐ SKOÐUN

79.3 fm góð 3ja herbergja íbúð á efstu hæð með einstaklega fallegu útsýni yfir höfnina í Hafnarfirði. Húsið byggt árið 1996. **V. 69,0m**
Nánari uppl. Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

HELLISGATA 19 220 HAFNARFJÖRÐUR



OPIÐ HÚS

178.3 fm einbýlishús í góðu grónu hverfi, steinsnar frá miðbænum. Húsið er kjallari, hæð og risi ásamt bílskúr sem er síðan 1984 ásamt hluta af húsinu sem er skráð að hluta byggt 1923. Gott skipulag. Ræktuð lóð. Laust fljótlega. **V. 69,0m**
Opið hús fimmtudaginn 15. ágúst milli kl. 17:00 og 17:30
Nánari uppl. Brynjar Þór Sumarliðason lg. fs. s. 896 1168, brynjar@eignamidlun.is

BREKKUGATA 22-24 210 GARÐABÆR



BÓKIÐ SKOÐUN

200 fm parhús. Húsin eru á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr. Birt flatarmál skv. teikningum er 200,8fm, þarf af er bílskúr 26 fm. Húsin afhendast á byggingarstigi 4 - fókheld bygging að innan en fullbúð að utan með grófjafnaðri lóð. Afhendist í september. **V. 59,9m**
Nánari uppl. Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

REYKJAVEGUR 80 270 MOSFELLSBÆR



BÓKIÐ SKOÐUN

169.5 fm 5 herb. einbýlishús með bílskúr á stórrí eignarlóð. Fallegur garður. **V. 63m**
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg. fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is, Hilmar Þór Hafsteinsson lg. fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

GRANDAVEGUR 42

OPIÐ HÚS Á MÁNUDAG 12. ÁGÚST 2019 KL. 19:00- 19:30



2-3 HERBERGJA ÍBÚÐIR
VERÐ FRÁ 53.7 mkr.

SÖLUSÝNING

OPIÐ HÚS Á MÁNUDAG 12. ÁGÚST 2019 KL. 16:30- 17:00

KLAPPARSTÍGUR 28-30

- ✓ Aðeins 5 íbúðir eftir á þessum frábæra stað
- ✓ Fullbúnar íbúðir tilbúnar til afhendingar
- ✓ Verð frá 34.900.000 kr.



KLAPPARSTIGUR.IS

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson

Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson

Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is



RE/MAX

SÖLUSÝNING

OPIÐ HÚS Á MÁNUDAG 12. ÁGÚST 2019 KL. 17:00- 17:30

HVERFISGATA 94-96

GENGIÐ INN UM HVERFISGÖTU 96

- ✓ 19 glæsilegar fullbúnar íbúðir tilbúnar til afhendingar
- ✓ 2-3 herbergja íbúðir stærðir frá 76-122 m²
- ✓ Verð frá 52.900.000 kr.



ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson

Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson

Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is



HOLTSVEGUR 2-6

- ✓ 10 íbúðir eftir af 24 í Urriðaholti
- ✓ 2-4 herbergja íbúðir frá 87,5-156 m²
- ✓ Frábær staðsetning í Garðabæ
- ✓ Verð frá 49.900.000 kr.

SÖLUSÝNING

OPIÐ HÚS Á MÁNUDAG 12. ÁGÚST 2019 KL. 17:30- 18:00





STAKFELL
FASTEIGNASALA | 1984

535-1000
BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK



FÉLAG
FASTEIGNASALA
Þorlákur Ómar Einarsson
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI



ÞORLÁKUR ÓMAR EINARSSON
Frákvæmdastjóri
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 S. ÞORLÁKSDÓTTIR
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

RAUÐALÆKUR 37, 104 RVK

58.5M



ÓLAFUR H. GUÐGEIRSSON 663 2508

121,7 fm. sérhæð með grænt svæði aftan við húsið. Þjartar stofur, 4 svefnh., rúmgott eldhús. Mjög áhugaverð eign á eftirsóttum stað.

TANGABRYGGJA 13-15, 110 RVK

FRÁ: 52.9M



MATTHILDUR SUNNA 690 4966

Íbúðir afhendast fullbúnar með innbyggðum ísskáp, uppþvottavél og gólfefnum. Stæði í bílakjallara fylgir íbúðum. Vinsamlegast bókið skoðun

HOLTSVEGUR 25, 210 GBR

53.5M



MATTHILDUR / KJARTAN

3ja herbergja íbúð á 4 hæð í nýlegu lyftuhúsið ásamt stæði í bílageymslu. Íbúðin skiptist í anddyri, hol/stofu, eldhús, baðherbergi og tvö svefnherbergi. Íbúðin er laus til afhendingar.

LAUGARNESVEGUR 87, 105 RVK

67M



MATTHILDUR / KJARTAN

Stórglæsileg 132,3 fm 3ja herbergja endaíbúð, ásamt stæði í bílageymslu. Geymsla í sameign. Bílarkjallari er rafbílavæddur og tengi fylgir stæði. Stutt í alla helstu þjónustu og samgöngur.

STRANDGATA 31, 220 HFJ

44.9M



MATTHILDUR SUNNA 690 4966

Einstaklega smekkleg 85,0 fm., þriggja herbergja endaíbúð í uppgerðu húsi á besta stað í miðbæ Hafnarfjarðar.

ÁLFATÚN 18, 200 KÓP

51.9M



KJARTAN ÍSAK 663 4392

Falleg og björt 105,4 fm fjögura herbergja neðri sérhæð í tvíbýli. Glæsilegur pallur og garður. Húsið stendur við Fossvogsdal þar sem er stutt í eitt vinsælasta útivistarsvæði á höfuðborgarsvæðinu.

ÁLALIND 1-3, 201 KÓP

62.9M



STEFÁN / KJARTAN

112,9 fm. fullbúin 4ra herb. endaíbúð á efstu hæð í lyftuhúsi. Sér inngangur. Stæði í bílageymslu. Fullbúin íbúð til afhendingar strax.

BRÍETARTÚN 11, 105 RVK

SÝNUM ALLA DAGA



MATTHILDUR / KJARTAN

Glæsilegar 2ja, 3ja og 4ra herb. íbúðir til afhendingar nú þegar fullbúnar án gólfefna, sameign fullbúin utan sem innan. Fjölbreytt þjónusta bæði á Höfðatorgi og í næsta nágrenni. Bókið skoðun.

KVISTHAGI 12, 107 RVK

TILBOÐ



ÞORLÁKUR Ó. EINARSSON 820 2399

399,8 fm. einbýlishús á besta stað í vesturbæ Reykjavíkur. Húsið er á þremur hæðum með sér samþykktu íbúð í kjallara, sér inngangur. Einstakt tækifæri til að eignast einbýlishús á þessum stað.

VALHÚSABRAUT 16, 170 SEL

165M



ÞORLÁKUR Ó. EINARSSON 820 2399

254,7 fm. glæsilegt einbýlishús á einni hæð. Húsið stendur við opið svæði á Valhúsahæð. Stutt í alla þjónustu.

STRANDGATA 25, 220 HFJ

TILBOÐ



STEFÁN HRAFN 895 2049

Heil húseign í miðbæ Hafnarfjarðar um 275 fm. Húsið þarfnast lagfæringar. Eignaskipti skoðuð, hvort sem er dýrara eða ódýrara.

HELLUVAÐ 21, 110 RVK

44.9M



ERLA DRÖFN MAGNÚSDÓTTIR 692 0149

Falleg 3ja herbergja íbúð á 5. hæð með þaksvölum og glæsilegu útsýni.

GRUNNUR AÐ GÓÐU LÍFI

MIKLABORG



Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson
hdl. og löggiltir fasteignasalar



Jón Rafn Valdimarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178



Gunnar H. Einarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 615 6181



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000



Ásgrímur Ásmundsson
hdl. og lögg. fasteignasali
Sími: 865 4120



Þróstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958



Þóroddur S. Skaptason
lögg. fasteignasali
Sími: 868 4508



Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272



Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931



Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232



Friðrik Þ. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929



Ragnheiður Pétursd.
hdl. og löggiltur
fasteignasali



Harpa Rún Glad
hdl. og löggiltur
fasteignasali



Víkurstroend 1A 170 Seltjarnarnes



Rúmgott og fallegt 360 fm parhús
Stórbrotið útsýni og skjólsamir
og sólríkir pallar

Aukaíbúð sem hægt er að tengja
húsinu eða hafa alveg sér

Hús byggt 1996 og mikið
vandað til verka



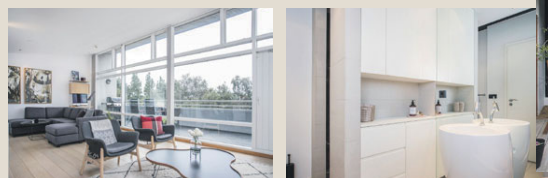
Nánari upplýsingar veitir:
Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Vel skipulagt og mikið endurnýjað raðhús
við Hulduland í Fossvoginum
187 fm
Bílskúr
5 svefnherbergi
Vandaður pallur og heitur pottur í garði
Góð staðsetning þar sem stutt er í skóla
og alla helstu þjónustu

Verð: 94,9 millj.



Hulduland 46 108 Reykjavík



Nánari upplýsingar:
Gunnar S. Jónsson, lögg. fasteignasali
gunnar@miklaborg.is sími: 899 5856

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4

108 Reykjavík

sími

569 7000

www.miklaborg.is

Með þér alla leið



OPÍÐ HÚS

mánudaginn 12. ágúst kl. 18:30 - 19:00

Dalsel 38 109 Reykjavík

Mjög góð og nýstandsett 4ra herbergja íbúð á 2. hæð í miklu endurnýjuðu húsi Nýjar innréttingar, gólfefni ofl Yfirbyggðar suðursvalir Íbúðin er 124,7 fm og bílastæði 31,3 fm Stæði í bílageymslu Mjög góð sameign



Nánari upplýsingar veitir:

Þórhallur Biering, lögg. fasteignasali
thorhallurb@miklaborg.is sími: 896 8232

Verð: **49,5 millj.**



OPÍÐ HÚS

þriðjudaginn 13. ágúst kl. 17:00 - 17:30

Langalína 19 210 Garðabær

Mjög rúmgóð og björt 5 herbergja íbúð 3. og efsta hæð í nýlegu lyftuhúsi Mikil lofthæð, ca 4 metrar, fallett opið alrými gólfíðir gluggar og sólríkar stórar svalir Hægt að stækka alrými með lítilli fyrirhöfn Gott baðherbergi og sér þvottahúsi Gott stæði í bílageymslu fylgir



Nánari upplýsingar veitir:

Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali
atli@miklaborg.is sími: 899 1178

Verð: **76,4 millj.**



OPÍÐ HÚS

mánudaginn 12. ágúst kl. 17:00 - 17:30

Krókabyggð 34 270 Mosfellsbær

Mjög gott og miklu endurnýjað samtals um 108 fm endaraðhús Nýtt eldhús, gólfhiti, nýtt baðherbergi, nýtt parket ofl



Nánari upplýsingar veitir:

Þórhallur Biering, lögg. fasteignasali
thorhallurb@miklaborg.is sími: 896 8232

Verð: **59,8 millj.**



OPÍÐ HÚS

þriðjudaginn 13. ágúst kl. 17:00 - 17:30

Breiðavík 16 112 Reykjavík

Mjög fín og vel staðsett 4ra herb íbúð á 1. hæð auk bílskúrs Vestur verönd Séríngangur og útsýni til Esjunnar og Mofells Íbúðin er 123 fm og bílskúrinn 25 fm



Nánari upplýsingar veitir:

Þórhallur Biering, lögg. fasteignasali
thorhallurb@miklaborg.is sími: 896 8232

Verð: **57,0 millj.**



OPÍÐ HÚS

mánudaginn 12. ágúst kl. 17:00 - 17:40

Hrauntunga 37 200 Kópavogur

Skemmtilega skipulagt 214 fm raðhús á tveimur hæðum Möguleiki á aukaíbúð Sigvaldahús Fallett útsýni



Nánari upplýsingar veitir:

Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Verð: **76,9 millj.**



OPÍÐ HÚS

þriðjudaginn 13. ágúst kl. 17:30 - 18:00

Leiðhamrar 28 112 Reykjavík

Húsið hannað af Arkitektapjónustunni sf Tveggja hæða með innbyggðum bílskúr Möguleiki á 5 svefnherbergjum Stórar svalir út ír hjónaherbergi Einstakur garðskáli Viðhaldslítill garður með tjörn og hrauni



Nánari upplýsingar veitir:

Jörunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is sími: 845 8958

Verð: **78,9 millj.**



Álalind 1-3 201 Kópavogur



Einungis fjórar íbúðir eftir í glæsilegri nýbyggingu við Álalind í Kópavogi. Fullbúnar og tilbúnar til afhendingar með gólfefnum.

Verð: **58,5 millj.**

Nánari upplýsingar veita:



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is



Ásgrímur Ásmundsson
hdl. og lögg. fasteignasali
Sími: 865 4120
asi@miklaborg.is

4ra herbergja
Endaíbúðir
Tvennar svalir
Þvottaherbergi innan íbúðar
Bílastæði í bílageymslu

4ra herbergja
Tvennar svalir
Þvottaherbergi innan íbúðar
Bílastæði í bílageymslu



OPÍÐ HÚS

þriðjudaginn 13. ágúst kl. 18:00 - 18:30

Kleppsvegur 88 104 Reykjavík

Fallett 247,3 fm einbýlishús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr. 5-6 herbergi, 2 stofur, 2 baðherbergi, sauna og innbyggður bílskúr. Mögulega væri hægt að útbúa aukaíbúð á fyrstu hæð.



Nánari upplýsingar veitir:

Axel Axelsson, lögg. fasteignasali
axel@miklaborg.is sími: 778 7272

Verð: **89,0 millj.**



OPÍÐ HÚS

þriðjudaginn 13. ágúst kl. 18:00 - 18:30

Neðstaleitl 4 103 Reykjavík

Vel skipulögð og björt 4ra herbergja endaíbúð á annarri hæð í vinsælu lyftuhúsi Bílastæði í bílageymslu og gengur lyfta niður í kjallara. Skráð stærð er 133,1 fm þar af er íbúð og geymsla 106,1 fm og bílastæði 27 fm. Mjög snyrtilegt hús og sameign. Staðsetning er einstök og stutt í verslanir og þjónustu. Eignin er laus við kaupsamning.



Nánari upplýsingar veitir:

Svan G. Guðlaugsson, lögg. fasteignasali
svan@miklaborg.is sími: 697 9300

Verð: **49,9 millj.**

Dalsbraut 26-28-30

260 Reykjanesbæ



OPIÐ HÚS

miðvikudaginn 14. ágúst kl. 17:00 - 17:30

Um er að ræða fjögurra herbergja vel skipulagðar endaíbúðir í þremur litlum fjölbýlishúsum.

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

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

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

Innréttingar eru allar hannaðar af Hönnu Stínu innanhúsarkitekti.

Stutt er í alla þjónustu að Fitjum.

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

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

Nánari upplýsingar veita:



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272
axel@miklaborg.is

Verð frá: **39,9 millj.**



OPIÐ HÚS

miðvikudaginn 14. ágúst kl. 17:30 - 18:00

Kirkjusandur 3

104 Reykjavík

Glæsileg og björt 2-3ja herb. íbúð í lyftuhúsi Vandaðar innréttingar
Garðstofa með rennihurð út í garð
Mjög stór sérafnotaréttur
Vandaðar innréttingar
Geymsla innan íbúðar ásamt 2x í kjallara
Stæði í lokaðri bílgeymslu merkt nr 20
Mikil sameign, líkamsræktar aðstaða og fl
Húsvörður

Verð: **48,9 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:
Jörunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is sími: 845 8958



OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 15. ágúst kl. 17:00 - 17:30

Búdagerði 9

108 Reykjavík

Falleg og björt 94,2 fm 4ra herbergja
Svalir með fallegu útsýni
Þrjú rúmgóð svefnherbergi
Gott skipulag

Verð: **43,9 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:
Óskar H. Bjarnasen, lögg. fasteignasali
ohb@miklaborg.is sími: 691 1931



Nánari upplýsingar veita:
Friðrik P. Stefánsson, hdl. og aðst. fasteignasala
fridrik@miklaborg.is sími: 616 1313



Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 15. ágúst kl. 16:00 - 16:30

Porrögata 7

101 Reykjavík

Stórglæsileg íbúð með sjávarútsýni á 2. hæð að Porrögötu 7, ásamt bílskúr
2 svefnherbergi og stórar samliggjandi stofur
Fjögurra hæða lyftuhús fyrir 63 ára og eldri með húsverði
Sólríkar svalir mót suðri, yfirbyggðar að hálfu
Veislusalur í sameign

Verð: **73,9 millj.**



Nánari upplýsingar veita:
Friðrik P. Stefánsson, hdl. og aðst. fasteignasala
fridrik@miklaborg.is sími: 616 1313



Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 15. ágúst kl. 17:00 - 17:30

Fremristekkur 3

109 Reykjavík

Glæsilegt 177,8 m² einbýlishús á einni hæð með bílskúr 2 stofur og 3-4 svefnherbergi, sjónvarpshól, eldhús, þvottahús og búr
2 snyrtingar

Fallegur gróinn garður og frábært útsýni til Esjunnar og yfir borgina

Verð: **82,9 millj.**



OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 15. ágúst kl. 17:30 - 18:00

Blöndubakki 3

109 Reykjavík

Falleg íbúð á þriðju hæð, stærð 120,5 fm
Íbúðin er vel skipulögð, fermetrar nýtast vel
Rúmgóðar stofur með útgengt út á
rúmgóðar svalir, útsýni
Rúmgott herbergi í kjallara til útleigu
Aðstaða fyrir þvottavél innan íbúðar Hús í
ágætu viðhaldi
Vinsæl staðsetning innan hverfis

Verð: **44,9 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:
Jörunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is sími: 845 8958



OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 15. ágúst kl. 18:00 - 18:30

Hólmgarður 51

108 Reykjavík

Björt og falleg, mikið endurnýjuð 164,6 fm
íbúð við Hólmgarð 51 í Reykjavík
Rúmgóð efri hæð og rishæð með stórum
gluggum á kvistum
Þaksvallar með miklu útsýni
Góð staðsetning
Stutt í alla þjónustu

Verð: **69,5 millj.**



Nánari upplýsingar veita:
Friðrik P. Stefánsson, hdl. og aðst. fasteignasala
fridrik@miklaborg.is sími: 616 1313



Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307



OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 15. ágúst kl. 18:30 - 19:00

Laxatunga 181

270 Mosfellsbær

Fallegt, nýlegt 203,4 fm raðhús á einni hæð með innbyggðum bílskúr við Laxatungu í Mosfellsbæ
Frábært skipulag
Þrjú rúmgóð svefnherbergi, tvö baðherbergi
Upphitað bílaplan
Mikil lofthæð og gólfhiti í öllu húsinu
Eignin er laus til afhendingar við kaupsamning.

Verð: **74,9 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:
Óskar H. Bjarnasen, lögg. fasteignasali
ohb@miklaborg.is sími: 691 1931



Stuðlaborg

Stuðlaborg er vandað fjölbýli með 77 íbúðum í fimm lyftuhúsum. Stærðir frá 58-254 fm. Á Kirkjusandi er örstutt í alla þjónustu, veitingastaði og útivist. Stórbrotið útsýni yfir sundin blá, miðbæinn og borgina. Fjöllin skarta sínu fegursta við sjóndeildarhringinn og örstutt er að skreppa í miðbæinn, sund eða gönguferð í Laugardalnum.

Glæsilegar útsýnisíbúðir í grónu hverfi

Áhersla á fjölbreytileika og gæði í hönnun, efnisvali og frágangi. Þýskar gylltar áklæðningar ásamt stórum swiss pearl steinplötum. Sérstök hljóðgólf í öllum íbúðum, þykkir veggir og full loftræsing skapa góða hljóðvist.

Gólfsíðir útsýnisgluggar í stofum skapa einstakt og óhindrað sjávarútsýni yfir Sundin, Esjuna, Akrafjall, Snæfellsjökul og innsiglinguna í Reykjavíkurborg.

Hin margverðlaunaða og heimsþekktu danska arkitektastofa Schmidt Hammer Lassen (SHL) hanna Stuðlaborg ásamt VA arkitektum.

Byggingaraðili er ÍAV hf. sem er eitt stærsta, elsta og öflugasta verktakafyrirtæki landsins.

Nánari upplýsingar um bygginguna á 105midborg.is

Afhending áramótin 2019/2020

Verð frá:

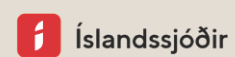
41,9 millj.



www.105midborg.is/miklaborg



105 MIDBORG



Opin hús á skrifstofu Mikluborgar á skrifstofutíma frá kl. 9 - 17



Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jason@miklaborg.is



Páll Þórolfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



Ásgrímur Ásmundsson
hdl. og lögg. fasteignasali
Sími: 865 4120
asi@miklaborg.is



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



Glæsilegar íbúðir fyrir +60 ára
Hraunbær 103
110 Reykjavík

- Útsýnisíbúðir í grónu hverfi.
- Vandaðir verktakar Dverghamrar
- Aðgengi að þjónustu og félagsmiðstöð hjá Reykjavíkurborg í Hraunbæ 105
- Afhending október mánaði 2020

Verð frá **42,5 millj.**



Nánari upplýsingar veita:



Jörunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is



Friðrik P. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272
axel@miklaborg.is



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



Þorhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is



Hverfisgata 85
101 Reykjavík



Frábærlega vel staðsettar og glæsilegar 2-4 herbergja íbúðir í miðborg Reykjavíkur í nýju lyftuhúsi

Bílastæði í bílakjallara fylgir öllum íbúðum
Allar íbúðir með svölum eða sér verönd
Íbúðirnar eru afhentar fullbúnar án gólfefna
Víða er innfelld lýsing

Í næsta nágrenni eru fjölbreyttar verslanir, veitingastaðir og þjónusta
Fjölbreytt mannlíf og menning setur svip sinn á miðborgina.

Verð frá: **37,9 millj.**



Nánari upplýsingar veita:



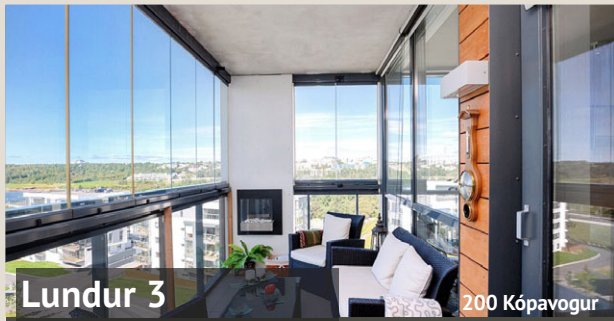
Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is



Þorhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is



Lundur 3

200 Kópavogur

Glæsileg íbúð á 6 hæð 144,2 fm að stærð
Vandaðar innréttingar og efnisval
Heilrænt útlit innréttinga
Yfirbyggðar svalir
Stæði í lokaðari bílageymslu
Mikið sjávarútsýni
Nánari upplýsingar:
s. 845 8958 Jórunn Skúladóttir löggiltur fasteignasali

Verð: **84,9 millj.**



Maltakur 3

210 Garðabær

Rúmgóð og björt 3ja herbergja endaíbúð
á 1. hæð - Sérinnngangur
Þvottahús innan íbúðar
Tvö baðherbergi - Fallegt útsýni
Mjög stutt í skóla, verslanir og aðra þjónustu
Nánari upplýsingar:
s. 691 1931 Óskar H. Bjarnasen löggiltur fasteignasali

Verð: **61,9 millj.**



Birkiholt 1

225 Álftanes/Garðabær

3ja herbergja íbúð, alls 94,1 fm á efstu
hæð við Birkiholt 1 á Álftanesi
Eignin skiptist í anddyri, baðherbergi,
tvö svefnherbergi, eldhús
Einstaklega stutt er í skóla, leikskóla,
íþróttamiðstöð og sundlaug
Nánari upplýsingar:
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali

Verð: **43,5 millj.**



Vatnsstígur 14

101 Reykjavík

íbúð 201

Einkar glæsileg og vönduð 127,5 fm
4ra herbergja íbúð í nýlegu lyftuhúsi

OPIÐ HÚS

Þriðjudaginn 13. ágúst kl. 16:45 - 17:30

Glæsilegar innréttingar og gott útsýni
Stór stofa, borðstofa, vandað eldhús,
tvö svefnherbergi, tvö baðherbergi og þvottahús
Bílastæði í bílageymslu með hleðslustöð
fyrir rafbíla
Eignin er laus við kaupsamning

Verð: **72,0 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:
Svan G. Guðlaugsson, lögg. fasteignasali
svan@miklaborg.is sími: 697 9300



Holtsbúð 101

210 Garðabær

Rúmlega 190 fm einbýlishús
3-4 svefnherbergi, snyrting
Baðherbergi, eldhús endurnýjað
Þvottahús, rúmgóður bílskúr
Útsýni er frá húsinu
Nánari upplýsingar:
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali

Verð: **78,9 millj.**



Depluhólar 4

111 Reykjavík

Vel skipulagt einbýlis hús á tveimur
hæðum við Depluhóla 4. Eignin hefur
fengið gott viðhald í gengum tíðina og
skartar fallegu útsýni. Húsið sem er 300 fm að stærð er með
6 svefnherbergjum og góðum stofum þar sem útsýnið yfir
Reykjavík nýtur sína vel. Eigninni fylgir góður tvöfaldur bílskúr
með heitu og köldu vatni og sjálfvirkum hurðaopnum.
Nánari upplýsingar:
s. 899 5856 Gunnar S. Jónsson löggiltur fasteignasali

Verð: **89,9 millj.**



Flúðasel 70

109 Reykjavík

Falleg 106,8 fm 4ra herbergja í
álklæddu húsi
Mikið endurnýjuð, bæði baðherbergi,
hurðar, gólfefni og eldhús
Stæði í bílageymslu
Falleg og vel skipulögð eign
Nánari upplýsingar:
s. 822 2307 Ólafur Finnbogason löggiltur fasteignasali

Verð: **44,5 millj.**



Fannborg 3

íbúð 401

200 Kópavogur

Rúmgóð og snyrtileg 4ra til 5 herbergja
íbúð á fjórðu hæð með við Fannborg 3,
200 Kópavogi
Mikið útsýni til suðurs og stórar svalir
Eignin er skráð 100,7 fm
Nánari upplýsingar:
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali

Verð: **43,9 millj.**



Reykjavegur 54

270 Mosfellsbær

Glæsileg neðri hæð ásamt bílskúr
Samtals 103,3 fm að stærð
Þrjú svefnherbergi
Björt og rúmgóð stofa
Eldhús m fallegri hvítri innréttingu
Baðherbergi m sturtu og stæði f þvél
Snyrtilegur bílskúr
Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali

Verð: **47,5 millj.**



Selvogsgrunn 24

104 Reykjavík

Mjög falleg 213 fm efri sérhæð við
Selvogsgrunn ásamt bílskúr á
frábærum stað við rólega götu í
105 Reykjavík
Þrjú svefnherbergi, bílskúr og möguleiki
á útleigugeiningu undir bílskúr
Nánari upplýsingar:
s. 778 7272 Axel Axelsson löggiltur fasteignasali

Verð: **86,9 millj.**



Móaflöt 29

210 Garðabær

Skemmtilega skipulagt endaraðhús á
einni hæð 235 fm með aukaíbúð
Stór og skjólsamur garður
Frábær staðsetning
Nánari upplýsingar:
s. 822 2307 Ólafur Finnbogason löggiltur fasteignasali

Verð: **104,9 millj.**



Miklabraut 54

105 Reykjavík

Falleg og vel skipulögð íbúð á 2. hæð
136,2 fm 5 herbergja
Miðsvæðis þar sem stutt er í skóla og
alla helstu þjónustu
Nánari upplýsingar:
s. 899 5856 Gunnar S. Jónsson löggiltur fasteignasali

Verð: **58,0 millj.**

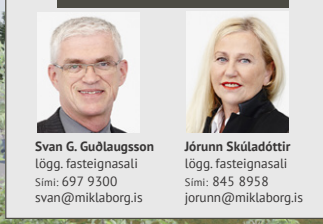


Trilluvogur 1

Vogabyggð

Glæsilegar eignir við Elliðaárósa
Fjölbýlishús á sex hæðum með 41 íbúðum
frá 2-5 herbergja, stærðum frá 79,8-200 fm
Fimm 6 herbergja raðhús á þremur hæðum,
stærðir frá 180-200 fm með möguleika
á aukaíbúð
Aukin lofthæð í öllum íbúðum
Stórkostlegt útsýni úr mörgum íbúðum
Bílastæði í bílageymslu fylgir flestum íbúðum

Verð frá: **48,9 millj.**



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Álfhólsvegur 73

200 Kópavogur



Nýjar íbúðir í fjörbýli



Í einkasölu nýjar 108 - 120 fm íbúðir í fjörbýlishúsi

Vel skipulagðar og rúmgóðar 3ja og 4ra herb. íbúðir

Eftirsóttur staður í Kópavogi, staðsett neðan við götu

Íbúðirnar skilast fullbúnar án gólfefna

Sér inngangur í allar íbúðir



Frábært útsýni



Nánari upplýsingar veitir:
Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali
atli@miklaborg.is sími: 899 1178

Verð frá: **67,9 millj.**

Sunnusmári 16 - 22

201 SMARI



FULLBÚIN SÝNINGARÍBÚÐ



www.201.is

Glæsilegar íbúðir í tveimur 6 hæða fjölbýlishúsum m. lyftu við Sunnusmára 16-18 og 20-22. Alls er um að ræða 76 fjölbreyttar íbúðir, 2ja 3ja og 4ra herbergja. Íbúðirnar eru í hagkvæmum stærðum allt frá 44 fm upp í 125 fm og allt þar á milli. Flestum íbúðum fylgir stæði í bílgeymslu með hleðslustæði.

Íbúðirnar eru staðsettar í nýjasta hluta Smárans í Kópavogi sem er nútímalegt og afar vel skipulagt borgarhverfi þaðan sem stutt er í þjónustu og verslanir

Íbúðum er skilað fullbúnum

Verð frá: **35,4 milljónir**

Sýnum alla daga vikunnar - Pantíð söluskoðun



Jón Rafn Valdimarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520
jon@miklaborg.is



Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallur@miklaborg.is



Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is



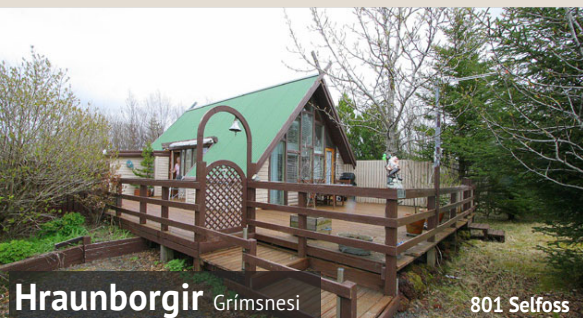
Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is



Friðrik P. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



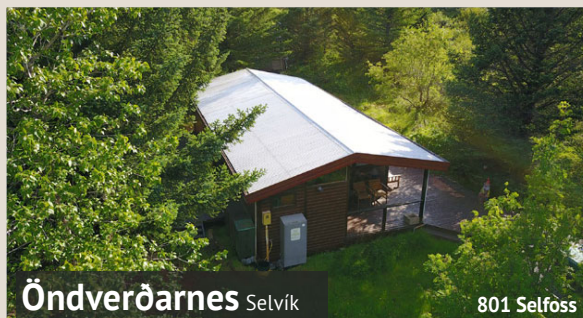
Hraunborgir Grímsnesi

801 Selfoss

46 fm hús á 5000 fm leigulandi
Alls eru þrjú svefnherbergi
Rúmgóð stofa með opnu eldhúsi
Heitur pottur á skjólgóðum palli
Næg bílastæði á lóð

Verð: **14,9 millj.**

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 **Jón Rafn Valdimarsson** löggiltur fasteignasali



Öndverðarnes Selvík

801 Selfoss

Heilsárshús á Selvíkarvegi, skráð 72,6 fm á 1,7 hektara eignarlóð
Eignin skiptist í anddyri, 2-3 svefnherbergi, 2 baðherbergi, eldhús og stofur
Húsið var stækkað fyrir nokkrum árum
Heitur pottur er á lóðinni sem er skógi vaxin eignarlóð
Aðeins í 50 mín keyrslu frá Reykjavík **Sýni eignina um helgar**

Verð: **25,0 millj.**

Nánari upplýsingar:
s. 775 1515 **Jason Kr. Ólafsson** löggiltur fasteignasali



Pverásbyggð

311 Borgarbyggð

34 fm sumarhús í landi Stóra-Fjalls í Borgarbyggð
5600 fm leiguland, ársgjald um 35 þús
Kalt vatn og sólarcella á þaki
Rafmagn við lóðarmörk
Tvö svefnherbergi
Húsið þarfnast viðhalds

Verð: **7,5 millj.**

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 **Jón Rafn Valdimarsson** löggiltur fasteignasali



Leynir

801 Laugardalur

Fallegur
A bústaður ásamt viðbyggingu
Alls 38 fm að stærð með góðum palli
Svefnloft sem getur rúmað 6-8 manns
Stofa og eldhús í opnu rými
Baðherbergi með sturtubotn 3196 fm eignarland

Verð: **11,5 millj.**

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 **Jón Rafn Valdimarsson** löggiltur fasteignasali



Nónhóll

356 Arnarstapi

63 fm sumarhús á Snæfellsnesi
Stofa og eldhús með nýlegu gólfefni
Tvö svefnherbergi - Baðherbergi m sturtu
Leyfi til að byggja við hús td sauna
Einnig leyfi til að opna út að suðurpalli, frkv hafin
Störfenglegt útsýni og frábær staðsetning
Við Miðmundarhól þar sem Bárður Snæfellsás stendur

Verð: **21,5 millj.**

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 **Jón Rafn Valdimarsson** löggiltur fasteignasali



Apavatn / Austurey

801 Laugardalur

Glæsilegt heilsárshús sem er rúmlega 101 fm við Apavatn
Stóranefsgata er við Austurey
Húsið er á eignarlóð og fylgir lóðin við hlíðina á með í kaupum. Eignin er laus fljótlega
Rétt sunnan við Laugarvatn og er 55 mín akstur úr Reykjavík.
Heitur pottur er á rúmgóðum palli. Útsýni. Gestahús.

Verð: **42,5 millj.**

Nánari upplýsingar:
s. 775 1515 **Jason Kr. Ólafsson** löggiltur fasteignasali

MIKLABORG Með þér alla leið

Íbúðir fyrir 60 ára og eldri

BÚUM
BETUR



www.bygg.is



Strikið 1 ABC

Afhending og lyklar við kaupsamning

NÝTT Í SÖLU

Sjálанд í Garðabæ

Sala er hafin á íbúðum í glæsilegu 3ja til 5 hæða fjölbýlishúsi við Strikið 1 í Sjálandi í Garðabæ, ætlaðar íbúum 60 ára og eldri. Íbúðirnar eru 2-3 herbergja og 84-174,2 fm.

Íbúðirnar verða með vonduðum innréttingum frá Axis og vonduðum AEG eldhústækjum. Íbúðirnar verða ýmist með góðum svölum eða stórri timburverönd. Staði í bílageymslu fylgja öllum íbúðum.

Svæðið er paradís fyrir eldra fólk. Góðar gönguleiðir eru meðfram sjónum. Í næsta nágrenni eru m.a.:

Strikið 3, Ísafold hjúkrunarheimili og þjónustumiðstöð, rekin af Hrafnistu DAS, Garðabæ.

Strikið 2-12 (Jónshús), 100 íbúðir fyrir 60 + Þar er félags- og þjónustumiðstöð aldraða rekið af Garðabæ.

17. Júní Torg 1-7, 50 íbúðir fyrir fyrir 55 +



REYNSLA
FAGMENNSKA
METNAÐUR



Skóðið
teikningar
á bygg.is



FASTEIGNA
MARKAÐURINN ehf
Óðinsgötu 4 • S. 570 4500
Jón Guðmundsson, lögg. fasteignasali



FASTEIGNASALAN
TORG
KRAFTUR - TRAUÐ - ÁRANGUR
Garðatorgi 5 - 210 Garðabæ
Sími 520 9586



FJÁRFESTING
FASTEIGNASALA EHF
Sími 562 4250
www.fjarfesting.is
Borgartúni 31



Dalabyggð auglýsir eftir tilboðum í eignir Dalabyggðar að Laugum í Sælingsdal

Um er að ræða allar húseignir Dalabyggðar að Laugum í Sælingsdal. Eignirnar telja m.a. skóla/hótel, íþróttahús, sundlaug og íbúðarhúsnæði.

Undanfarin ár hefur verið rekið sumarhótel með 45 herbergjum á Laugum. Á veturna hafa verið starfræktar þar ungmenna- og tómstunda-búðir. Laugar eru í fallegu umhverfi og stutt í náttúruperlur og sögustaði. Staðurinn býður upp á mikla möguleika s.s. fyrir ferðaþjónustu.

Eignirnar seljast í einu lagi. Gera skal aðgreint tilboð í einbýlishúsið Laugafell. Áskilinn er réttur til að hafna öllum tilboðum.

Tilboðum skal skila á netfangið dalir@dalir.is eða senda til Dalabyggðar, Miðbraut 11, 370 Búðardal fyrir 1. september næstkomandi.

Upplýsingar veita Eyjólfur I. Bjarnason oddviti oddviti@dalir.is og Kristján Sturluson sveitarstjóri sveitarstjori@dalir.is



OPÍÐ HÚS

ALLT UM

EDENBYGGÐ

HJÁ OKKUR



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.

Opið hús
laugardaginn
17. ágúst
kl. 14:00-15:00

Við hlökkum
til að sjá þig!



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



Húsaskjól
fasteignasala

Ásdís Ósk
Lögg. fasteignasali
s. 863 0422
asdis@husaskjol.is



Hlíðasmára 2, 201 Kópavogi, sími: 519-2600

OPÍÐ HÚS



Opið hús á Þriðjudaginn
kl. 12:15-12:45

Stærð: 101,8 fm
Svefnherbergi: 2

Vesturgata 7, 101 Reykjavík

Verð: 46.500.000

Mjög falleg 4ra herbergja íbúð fyrir eldri borgara á 4ju. hæð í lyftuhúsi við Vesturgötu 7. Ýmis þjónusta er í húsinu s.s. heilsugæsla og hægt að fá aðgang að félagsstarfi aldraðra. Skjólssæll garður í sameign á 1. hæð þar sem tilvalið er að sitja úti og njóta góða veðursins og spjalla við nágrannana. Íbúðin var mjög mikið endurnýjuð fyrir nokkrum árum og er björt og rúmgóð. Stofa og eldhús opið rými, við hlíð stofu er sjónvarpsstofa. Baðherbergi með sturtu og tengi fyrir þvottavél. 2 svefnherbergi. Harðparket er á öllum gólfum nema baðherbergi. Rúmgóð geymsla er á efri hæð. Íbúðin hefur rétt á bílastæði í bílageymsluhúsi gegn gjaldi. Húsið er eingöngu fyrir 67 ára og eldri.

WWW.HUSASKJOL.IS

HUSASKJOL@HUSASKJOL.IS

WWW.FACEBOOK.COM/HUSASKJOL

ASBYRGI ehf Sími 568 2444

Ingileifur Einarsson, Lögg. fasteignasali.
ÁBYRG FASTEIGNASALA - www.asbyrgi.is
Suðurlandsbraut 54 - við Faxafan - 108 Reykjavík
Ingileifur Einarsson - Löggiltur fasteignasali.

HÖRÐALAND 16, Rvk.

OPÍÐ HÚS MÁNUÐ. 12. ÁGÚST KL. 17:15 - 17:45



OPÍÐ HÚS

Til sölu mjög góð og vel umgengin 4ra herbergja íbúð 86,1 fm. á 3. hæð á þessum eftirsóttu stað. Gott skipulag. Góð sameign inni og úti. Endurnýjað gler, opnanleg fög og gluggar að hluta. Stórar suður svalir. Stutt í skóla og alla þjónustu. Laus fljótlega. Verð kr. 46 millj.



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

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

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Capacent_

capacent.is



Unufell 25, 111 Rvk., íbúð 301, 4ra herbergja. OPIÐ HÚS MIÐ 14/8 KL. 17:00-17:30.



94,7 fm björt og smart íbúð á þriðju hæð í Fellahverfinu, Rúmgóð stofa, stórar yfirbyggðar svalir. Eldhús er opið inn í stofu með eyju á milli. Nýjar borðplötur, blöndunartæki og vaskur, þvottahús inn af eldhúsi. Þrjú rúmgóð svefnherbergi eru í íbúðinni eitt með skápum. Baðherbergi er með baðkari og sturtuhaus og lítilli baðinnrétingu. **Verð 36,9 m.**
Opið hús miðvikudaginn 14. ágúst kl. 17:00-17:30, verið velkomin.

Hverfisgata 76, 101 Rvk., SKRIFSTOFUHÚSNÆÐI Á 2. OG 3. HÆÐ.



Til sölu 341,1 fm gott skrifstofuhúsnæði á 2. og 3ju hæð (hvor hæð er 170,5 fm). Lyfta. Fjórir matslutar í húsinu. Eignarlóð. Sex bílastæði á baklóð. Húsnæðinu má breyta í fjórar íbúðir, samþykktar teikningar á skrifstofu. Langtímaleiga kemur einnig til greina. Húsnæðið er til afhendingar strax. Nánari upplýsingar á skrifstofu.
Verð 128 millj.

Furugrund 36, 200 Kópavogur, 4RA HERBERGJA Á 1. HÆÐ.



Furugrund 36, 200 Kópavogur, 4ra herbergja íbúð á fyrstu hæð auk 35,9 fm rýmis í kjallara sem að hluta er nýtt sem sér geymsla og annar hluti hefur verið innréttað sem íbúð en er geymsla samkvæmt skráningu. Eign með mikla möguleika á þessum eftirsóttasta stað í Kópavogi.
Verð 47,9 millj.

Atvinnuhúsnæði / Austurströnd - SELTJARNARNESI.



Atvinnuhúsnæði á jarðhæð á góðum stað við Austurströnd á Seltjarnarnesi. Um er að ræða tvö fastanúmer, annars vegar er eining sem sem er 181,2 fm með innkeyrsludryum og lagerrými. Síðir gluggar. Snýr í norður og vestur. Hins vegar er um að ræða 62,4 fm húsnæði sem snýr í norður og austur. Góðir gluggar eru á því og góð aðstaða til að taka inn vörur. **Verð 57,9 millj.**
Vinsamlegast bókið skoðun, 552-1400 / fold@fold.is.

Stekkholt 7, 800 Selfoss, EINBÝLI Á EINNI HÆÐ + BÍLSKÚR



Mjög gott 138 fm einbýli á einni hæð ásamt 32,6 fm bílskúr, samtals 170,6 fm. Húsið er staðsteypt og búið að klæða. Fallegur garður í góðri rækt. Verönd með heitum potti. Fjögur svefnherbergi á teikningu. Parket og flísar á gólfum. Búið að endurnýja vatnslagnir. Góð aðkoma, næg bílastæði. **Verð 47,5 millj.**
Nánari upplýsingar gefur Gústaf Adólf Igf., gustaf@fold.is / 895-7205.

Óskum eftir

- Íbúðum í öllum hverfum Reykjavíkur til kaups eða leigu fyrir opinberan aðila, traustar greiðslur.
- Raðhúsi eða litlu einbýli á Seltjarnarnesi fyrir kaupanda sem búinn er að selja. Góðar greiðslur í boði og enginn fyrirvari

Hvað kostar eignin mín?

Kíktu á www.fold.is – eða hafðu samband í síma 552 1400 / 694 1401

Þú finnur okkur á fold.is

Söluskáli Ó.K. Ólafsvík

Til sölu er rekstur Söluskála Ó.K. í Ólafsvík.



Traustur og góður rekstur og vel tækjum búinn.

Söluskálinn starfar undir merkjum Orkunnar og er söluaðili fyrir Olíufélagið Skeljung. Um er að ræða skyndibitastað sem rekinn hefur verið af sömu eigendum í u.þ.b. 20 ár með áherslu á þjónustu við heimafólk og ferðalanga með fjölbreyttu vöruúrvali.

Langtímaleigusamningur fyrir húsnæði fylgir.

Allar nánari upplýsingar veitir Björn Guðmundsson löggiltur fasteignasali hjá Fasteignasölunni BYGGÐ í S. 464-9955 og 897-7832 eða á bjorn@byggd.is

ÁLALÆKUR 28, SELFOSSI

Opið hús á morgun þriðjudag á milli kl: 18-18:30

OPIÐ
HÚS



Til sölu fjórar fullbúnar íbúðir sem eru tilbúnar til afhendingar við undirritun kaupsamnings.

Íbúð 101 verð 33.400.000

Íbúð 102 verð 33.900.000

Íbúð 201 verð 33.900.000

Íbúð 202 verð 33.900.000

Um er að ræða fallegar þriggja herbergja íbúðir á efri og neðri hæð með sér inngangi.

Húsið er forsteypt einingarhús á tveimur hæðum með 4 íbúðum. Að innan skiptist hún í forstofu, þvottahús, tvö svefnherbergi og baðherbergi. Gólfefni eru parket og flísar. Ljósar innréttingar á baði og eldhúsi með dökkri borðplötu og vönduð eldhústæki. Útgengi úr stofu út á rúmgóðar svalir.

Sameignleg malbikuð bílastæði eru við húsið.

Allar nánari upplýsingar veitir Sigurður Sigurðsson, löggiltur fasteignasali í email: Sigurdur@log.is eða í síma: 690-6166 og Árni Hilmar í s: 856-2300 eða ami@log.is



Sigurður Sigurðsson löggiltur fasteignasali | Sími 480 2900 | Netfang sigurdur@log.is

EIGNAMIDLUN

GRENSÁSVEGUR 11

SÍMI 588 9090

KIRKJUTEIGUR 9, 105 REYKJAVÍK



BÓKIÐ SKOÐUN



Einbýlishús með sér auka íbúð og stórum bílskúr sem hefur verið mikið endurnýjað á síðastliðnum árum. Húsið er 275,1 fm og er bílskúr 72,0 fm, heildarflatarmál er því 347,1 fm. Um er að ræða einstaka staðsetningu þar sem húsið stendur við opið svæði rétt við Laugarneskirkju og er upphaflega byggt sem prestssetur og teiknað af Guðjóni Samúalsyni arkitekt. Húsið er steinsteypt og byggt árið 1949 og stendur á 751 fm lóð. **V. 158,0m**
Nánari uppl. [Kjartan Hallgeirsson lg.fs s. 824 9093](mailto:Kjartan.Hallgeirsson@log.is), kjartan@eignamidlun.is og [Guðlaugur Ingi Guðlaugsson lg.fs s. 864 5464](mailto:Guðlaugur.Ingi.Guðlaugsson@log.is), guðlaugur@eignamidlun.is

EIGNAMIDLUN

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. Sérinngangur 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. Órstutt 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](mailto:Daði.Hafþórsson@log.is), dadi@eignamidlun.is

Veitingarými til leigu

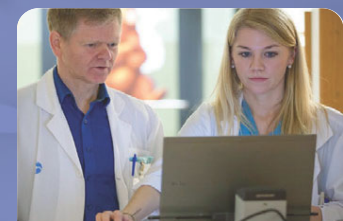


Á besta stað í bænum, við Hverfisgötu 4-6 með útsýni yfir Arnarhól og Hörpuna.

Glæsilegt húsnæði fullbúið til veitingarekstur, með fyrsta flokks tækjum.

Allar nánari upplýsingar veittar á netfanginu ritari.rvk@gmail.com

Pú finnur draumastarfið á Job.is



Heilbrigðisþjónusta



Iðnaðarmenn

GLÆNÝ OG
FERSK STÖRF
Í HVERRI VIKU



Job.is

BÚSETURÉTTIR TIL SÖLU

Reykjavík, Seltjarnarnes, Kópavogur og Hafnarfjörður



ARNARSMÁRI 4 · 201 KÓPAVOGUR



61,1
ferm.

2ja
herb.

102
íbúð nr.

Búseturéttur: 3.791.400 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 135.048 kr.
Mögulegt lán: 700.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Sem fyrst

EIÐISMÝRI 26 · 170 SELTJARNARNES



57,8
ferm.

2ja
herb.

102
íbúð nr.

Búseturéttur: 4.605.000 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 168.015 kr.
Mögulegt lán: 1.200.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Sem fyrst

MÍÐHOLT 1 · 220 HAFNARFJÖRÐUR



NY/UPPGERÐ

57,8
ferm.

2ja
herb.

102
íbúð nr.

Búseturéttur: 4.374.920 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 152.994 kr.
Mögulegt lán: 1.000.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Sept/okt

EINHOLT 10 · 105 REYKJAVÍK



BYGGT 2016

74,1
ferm.

2ja
herb.

305
íbúð nr.

Búseturéttur: 7.960.000 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 193.108 kr.
Mögulegt lán: 2.400.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Strax.

EINHOLT 12 · 105 REYKJAVÍK



BYGGT 2016

84,7
ferm.

3ja
herb.

305
íbúð nr.

Búseturéttur: 8.922.500 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 219.251 kr.
Mögulegt lán: 2.700.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Miðjan des.

KRISTNIBRAUT 67 · 113 REYKJAVÍK



UPPGERÐ AÐ HILUTA

93,7
ferm.

3ja
herb.

406
íbúð nr.

Búseturéttur: 5.190.300 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 198.795 kr.
Mögulegt lán: 1.400.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Strax

EINHOLT 6 · 105 REYKJAVÍK



PAKÍBÚÐ

97,4
ferm.

3ja
herb.

504
íbúð nr.

Búseturéttur: 12.270.120 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 280.285 kr.
Mögulegt lán: 3.600.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Sem fyrst.

EINHOLT 8 · 105 REYKJAVÍK



PAKÍBÚÐ

107,6
ferm.

4ra
herb.

501
íbúð nr.

Búseturéttur: 13.636.950 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 308.047 kr.
Mögulegt lán: 4.100.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Miðjan des

KIRKJUSTÉTT 13 · 113 REYKJAVÍK



UPPGERÐ AÐ HILUTA

114,3
ferm.

5
herb.

309
íbúð nr.

Búseturéttur: 6.142.950 kr.
Mánaðarlegt búsetugjald: 242.022 kr.
Mögulegt lán: 2.000.000 kr.
Afhending að ósk seljanda: Samkomulag

ÁVINNINGUR

- Örugg búseta
- Minni fjárbinding
- Réttur til vaxtabóta
- Lægri kaup- og sölukostnaður
- Búseti sér um ytra viðhald

INNIFALIÐ Í BÚSETUGJALDI

Fjármagnskostnaður,
skyldutryggingar, hiti,
fasteignagjöld, hússjóður,
þjónustugjald og framlag
í viðhaldssjóð.

BÚSETURÉTTIR TIL SÖLU

Umsóknarfrestur:
20. ágúst til kl. 16:00
Úthlutun: 21. ágúst kl. 12:00

UPPLÝSINGAR

WWW.BUSETI.IS
buseti@buseti.is
Sími: 556 1000

Birt með fyrirvara um villur og breytingar.



OPÍÐ HÚS
Þriðjudag

Klyfjasel 20 – 109 Reykjavík

OPÍÐ 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 fermetrátölu 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 kláruð 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

intellecta.is

RÁÐNINGAR

intellecta

Smáauglýsingar

550 5055

Afgreiðsla smáauglýsinga og simi er opin alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki



EL-GO rafmagnsvespur. Ekkert próf, engin skráning, BARA GAMAN. Vespurnar eru til í fjórum flottum litum. Verð frá 158.000.- kr.

SUZUKI
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is

Bílar til sölu



ISUZU DE-MAX árg.2007 Sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn ný skoðaður ekin 221 þús. km sömu eigendur frá upphafi Krókur, flottur bill Tilboð 1.000.000 kr. S. 892-8655

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?

Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Hjólbarðar



TECHKING VINNUVÉLADEKK
Vorur að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéla dekkjum frá Techking Búkolludekk-hjólaskófludekk Ofi. Ýmsar algengar stærðir. Ö.K.Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist á okspares@simnet.is

Varahlutir



Altenatorar & Startarar



ljósboann@ljósboann.is
s. 553-1244

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Pípulagnaþjónustan oje 780-3939. Allt almennt viðhald og breytingar. Dren, frárennsli.

Hreingerningar

Hreinsun á:

- sófasettum • stólum
- dýnum • rúmum
- allar gerðir af mottum
- mygluþrifum
- ozonhreinsum
- lygtareyðingum



Við erum á facebook
Eldshöfi 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

Garðyrkja

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga, klippingar og umhirðu á gördum. Uppl. í s. 616 1569.

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

Málara

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., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald

HÚSASMÍÐI:

getum bætt við okkur verkefnum, nýsmíði, viðgerðir og viðhald.
Uppl. í s. 858 3300
serfagehf@gmail.com

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjörnuspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

SPÁSÍMINN 9086116.

Ástir, Fjármál, Heilsa. Opið alla daga.

HÚSAVIÐGERÐIR

ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI

- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og aksturmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Keypt & Selt

Til sölu

Til sölu stórt eldhúsborð, isskápur og borðstofuskápur. Selst ódyrt ef selst strax. Må koma og sækja uppl. s: 843-6599.



LOK Á HEITA POTTA OG HITAVEITUSKELJAR.

Stærðir í cm: 200x200, 210x210, 220x220, 235x235, 235x217, 217x174, 8 hyrnd lok. Lokin þola 1000 kg jafnarþarþunga af snjó. Vel einangruð og koma með 10 cm svuntu. Sterkustu lokin á markaðnum. Litir: Brúnt eða Grátt. Opnara til þess að auðvelda opnun á loki. www.Heitipottar.is Sími 777 2000 Haffi og 777 2001 Grétar



Kassagítarar á tilboði

Kassagítarar í úrvall Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Til bygginga



HARÐVIÐUR TIL HÚSABYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS

Vatnslæðning, panill, pallaefni, parket, útihurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolia. Indus ehf, Óseyrarbraut 2 Hf, Upplhjá Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122.

Húsnæði

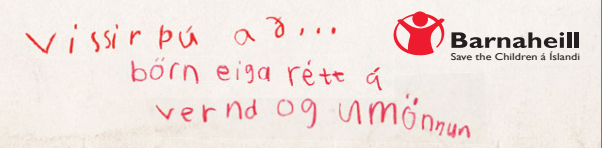
Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500



Vegg kælar og frystar

OSCARTIELLE®

Frystir

Allt hjá okkur



VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is



geiri
www.geirihf.is

Draghálsi 4 - 110
Reykjavík
Sími: 535 1300 -
verslun@verslun.is





Fjögurra íbúða hús á Selfossi en íbúðirnar hafa verið mjög vinsælar. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



SG Hús flytja í nýtt húsnæði um áramótin. Að sjálfsögðu er það byggt úr timbri og unnið af SG Húsum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Falleg raðhús frá SG Húsum á Selfossi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

SG Hús fyrir íslenskar aðstæður

SG Hús á Selfossi hafa byggt einingahús fyrir íslenskar aðstæður og veðurfar frá árinu 1966. Fyrirtækið byggir á áratuga reynslu og leggur metnað í fagmennsku, gæði og öryggi.

Baldur Pálsson framkvæmdastjóri segir að einingahús frá SG Húsum hafi verið sett upp um allt land. Mikill áhugi sé á einingahúsum úr timbri og að SG Hús geti boðið margvíslega hönnun, stærð og lögun. „Við smíðum 40-60 íbúðir á ári um allt land. Bæði eru þetta íbúðar- og sumarhús. Þá hafa ferðaþjónustubændur einnig nýtt sér kosti SG Húsa.“

Timbrið vinsælt

Einnig höfum við smíðað færanlegar kennslustofur fyrir leik- og grunnskóla. Hér eru um fimmtíu fastir starfsmenn fyrir utan undirverktaka sem eru fjölmargir, til dæmis píparar og rafvirkjar,“ segir Baldur. „Mér finnst hafa orðið einhver vakning í samfélaginu gagnvart timburhúsum og eftirspurnin er alltaf að aukast. Einingahúsin eru mun ódýrari kostur en steinsteypt hús, að minnsta kosti þessi einföldu,“ segir hann. „Reyndar hafa timburhúsin alltaf verið mjög vinsæl hér á Suðurlandi en mér finnst áhuginn vera að aukast annars staðar á landinu.“

Baldur segir að töluvert sé flutt inn af einingahúsum úr timbri en SG Hús séu fyllilega samkeppnishæf við þá framleiðslu og að mörgu leyti hentugri þar sem þau séu unnin frá grunni hérlendis.

”Möguleikarnir í einingahúsum eru nánast óþrjótandi og við reynum ávallt að aðlaga húsin að óskum viðskiptavinarins þar sem tekið er tillit til staðsetningar, sólaráttar, útsýnis og fleiri þátta.“

„Það er komin löng og góð reynsla af húsum okkar,“ segir hann og bendir á að SG Hús selji einnig einingar fyrir aðra, utanhússklæðningar, þaksperrur, gólfbita og fleira.

Óþrjótandi möguleikar

Möguleikarnir í einingahúsum eru nánast óþrjótandi og við reynum ávallt að aðlaga húsin að óskum viðskiptavinarins þar sem tekið er tillit til staðsetningar, sólaráttar, útsýnis og fleiri þátta. Við erum með okkar eigin hönnunardeild sem vinnur allar arkitekt- og verkfræðiteikningar og eru þær innifaldar í verðinu okkar, sem og raflagnateikningar,“ segir hann.



Baldur Pálsson fyrir utan verskmiðju SG Húsa á Selfossi. Fyrirtækið afgreiðir 40-60 hús árlega um allt land.

Baldur segir að einfalt einingahús geti orðið fókheld á fimm dögum. „Við forsmíðum á verkstæði en það fer eftir vali á klæðningu hvort við setjum hana upp á verkstæðinu eða þar sem húsið er reist. Algengast í dag er beidni um einbýlishús af meðalstærð. Þau hafa verið pöntuð víðs vegar um landið. Einnig höfum við verið að byggja raðhús og fjögurra íbúða fjölbýlishús sem hafa komið vel út. Það eru ódýrar litlar íbúðir úr timbri sem er nýjung á Íslandi. Við höfum smíðað nokkur slík á Selfossi.“

Fyrirtæki í örum vexti

Sigurður Guðmundsson stofnaði SG Hús árið 1966 og í fyrstu var það einungis fjölskyldufyrirtæki. Núna er félagið í eigu nokkurra starfsmanna sem allir hafa langa reynslu. „Við hönnum, reisum og byggjum,“ segir Baldur. „Um áramótin flytur fyrirtækið í mun stærra og hentugra verksmiðjuhúsnæði að Háheiði 3 á Selfossi og sameinast þá fyrirtæki sem heitir Eðalbyggingar. Framleiðslugetan við flutninginn í nýju verksmiðju-

una okkar verður mun meiri því á sama tíma munum við taka í notkun nýja öflugra tölvustýrða bútsög sem talar beint við hönnunarforritið okkar. Við munum einnig geta byggt minni hús og allar húseiningar innandyrna við bestu mögulegu aðstæður. Við höfum starfað mikið með Eðalbyggingum undanfarnin fjögur ár svo það verður mun hagkvæmara fyrir okkur að vera undir einu þaki,“ segir Baldur enn fremur.

„SG Hús hafa unnið markvisst að því í gegnum árin að auka við gæði framleiðslunnar og er vinna við CE-merkingu húsa frá SG Húsum langt komin. Það verður komið á eftir stuttan tíma,“ segir Baldur. „Til að öðlast CE-merkingu framleiðslunnar þarf félagið að gangast undir gífurlegan sjálfsaga, þar sem allt framleiðsluferlið er nákvæmlega skilgreint. Unnið er eftir virku gæðaeftirliti þar sem gerðar eru reglulegar prófanir á hinum ýmsu húshlutum auk þess sem allar byggingarvörur sem við kaupum inn og notum til framleiðslunnar þurfa að uppfylla ákveðna gæðastaðla.“

Timbur er umhverfisvænt byggingarefni

Á undanförunum árum hefur orðið vitundarvakning á Íslandi varðandi mikilvægi umhverfisverndar en húsbýggingar úr timbri hafa til dæmis mun minna kolefnisspor en steinsteypt hús. Timbrið hefur einnig margvíslega aðra eiginleika að sögn Baldurs. „Timbur er auðvinnanlegt, sterkt miðað við þyngd, hefur gott einangrunargildi og er fallegt byggingarefni sem hentar vel þar sem burðarvirki og aðrir byggingarhlutar eru sýnilegir. Þar að auki er timbur vistvænt og leggjum við okkar af mörkum til umhverfisverndar með því að kaupa eingöngu timbur sem unnið er úr sjálfbærum skógum,“ segir Baldur að lokum.

Á heimasíðunni www.sghus.is má skoða alls kyns teikningar af húsum og fá ýmsar upplýsingar um starfsemi SG Húsa. Þá má hafa samband í gegnum tölvupóst sghus@sghus.is eða í síma 547 3344.

Jötunn býður góðar lausnir

Jötunn Byggingar er með fljótlegar og áreiðanlegar lausnir fyrir þá sem eru að leita að húsnæði. Einingahúsin sem Jötunn framleiðir eru vönduð og kjörin fyrir íslenskar aðstæður.

Einingahús eru ólík hefðbundnum húsum að því leyttinu til að þau eru meðfærileg og því meira svigrúm til þess að breyta þeim og bæta. Jóhannes Bjarnason, sölumaður hjá Jöttni Byggingum, segir að það sé töluvert einfaldara að vinna með þessa gerð húsnæðis og að eigendur svona húsa öðlist þannig aukið frelsi til þess að breyta eftir eigin höfði eða aðstæðum. „Einn af kostunum við þessi hús er að ef breytingar verða á aðstæðum þá er auðvelt að selja þau og flytja.“

Nútímalegt svar við breytilegu samfélagi

„Í ört stækkandi samfélagi eins og reyndin er á Íslandi hefur fjöldi íbúða ekki verið nægjanlegur,“ segir Jóhannes. Hann segir þessar öru breytingar hafa neikvæð áhrif á fasteignamarkaðinn, verð hækki og úrval minnki.

„Þetta hefur kallað á hærra markaðsverð, dýran, þéttsetinn og óáreiðanlegan leigumarkað,“ segir hann. Þá séu húsín sem þeir bjóði upp á fljótleg í uppsetningu. „Helsti kosturinn við hús frá Jötunn Byggingum er að þú getur verið kominn með fullfrágengi húsnæði á hér um bil fjórum mánuðum.“



Jötunn Byggingar býður upp á mikið úrval einingahúsa.

Fjölbreyttir valmöguleikar

Jóhannes segir þessa gerð húsa í raun henta hverjum sem er og að úrvalið sé ríkulegt. „Hvort sem þú þarft íbúðarhús, sumar-bústað, íbúðarhús fyrir starfsfólk, skrifstofuhúsnæði, gestahús eða gistihús í ferðapjónustu, þá henta húsín frá okkur,“ segir hann. Kostirnir séu margir og nefnir hann sérstaklega þá staðreynd að húsín eru afhent fullbúin. „Síðast en ekki

síst er sá fágæti kostur við húsín okkar að óvissuþættir við kaup á húsnæðinu eru ekki til staðar vegna þess að allt er fullfrágengið við afhendingu,“ segir Jóhannes.

Klappað og klárt

Í hefðbundnum húsum þýða framkvæmdir oft langt, strangt og kostnaðarsamt ferli. Jóhannes segir að það eigi ekki við um einingahúsín sem koma fullbúin.

“Hvort sem þú þarft íbúðarhús, sumar-bústað, íbúðarhús fyrir starfsfólk, skrifstofuhúsnæði, gestahús eða gistihús í ferðapjónustu, þá henta húsín frá okkur.

utan sem ver sig mjög vel,“ segir hann.

Spennandi nýjungar

Ein af nýjungunum sem Jötunn Byggingar býður upp á er hin nýstárlega Norðurljósastofa. Jóhannes segir að með stofunni sé fólki gert kleift að upplifa norðurljósín á nýjan hátt og það sem meira er, njóta íslenska gluggaveðursins alræmda. „Norðurljósastofan er mikil og skemmtileg viðbót, hvort sem það er við sumar-bústaðinn eða íbúðarhúsið,“ segir Jóhannes. „Stofan gefur okkur kost á að njóta gluggaveðursins að vori og hausti en líka að njóta heiðskirra vetrarnóttanna og horfa á norðurljósín,“ bætir hann við.



CAPITAL HÚS



Við sérhæfum okkur í að selja og flytja inn nútímaleg heilsárshús, glugga, hurðir og pallaefni úr fyrsta flokks efni, ásamt öllu öðru byggingaefni. Húsín eru einingahús úr timbri, eða modular-hús.

Flytjum allt byggingaefni alla leið á byggingastað sé þess óskað.

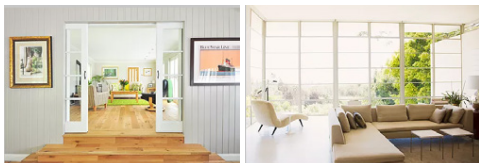


Minihús

Minihús eru vinsælasta varan okkar. Þessi hús er hægt að kaupa algjörlega tilbúin, einskonar „Plug & Play“.

Eingöngu þarf að tengja vatn og rafmagn við húsín og þá er þau tilbúin til notkunar.

Húsín eru framleidd við bestu aðstæður innandyrna. Það útilokar raka í timbrinu í framleiðsluferlinu og hindrar sveppamyndun. Húsín eru loftþéttleikamæld (þrýsti prófuð/lekaprófuð samkvæmt ISO 9972:2015) og standast 0,6 Pa þrýsting á klt., eru s.s. „Passive“.



Einnig getum við boðið uppá eftirfarandi:

- Klæðningar
- Glugga og hurðir
- Eldvarnar hurðar
- Hurðar fyrir hótél
- Parket
- Flísar
- Eldhúsinnréttingar
- Bað innréttingar
- Pallaefni

Það þýðir að húsín hafa hæsta einangrunargildi og sáralitlar líkur eru á að þau leki.

Á Íslandi er ekki skylda að framkvæma þessi próf en til skoðunar er að bæta þeim við íslenskar byggingareglugerðir

Bjóðum uppá ferðir til okkar birgja til að velja efni að kostnaðarlausu ef að kaupum verða.



capitalhus@gmail.com
Síðumúla 13, 108 Reykjavík
+354-888-7900

Capital Hus

Endilega sjá upplýsingar á heimasíðu okkar
www.capitalhus.com



Færanlegt heimili. NORDICPHOTOS/GETTY

Færanlegt húsnæði

Smáhýsi á hjólum bjóða upp á ýmsa áhugaverða búsetumöguleika.

Smáhýsi hafa notið aukinna vinsælda úti í heimi undanfarin ár. Ekki bara sem auka-hús í garðinum eða við sumar-bústaðinn heldur til að nota sem íbúðarhúsnæði. Lítil hús á hjólum hafa verið vinsæl meðal fólks sem vill ekki vera fangar húsnæðisláns og geta ferðast með heimili sitt þangað sem hentar hverju sinni.

Þessi lífsstíll býður upp á ákveðið frelsi en honum fylgja líka ýmsar áskoranir. Á meðan það getur verið þægilegt að vera laus við húsnæðislán getur það skapað vanda að vera ekki með skráða fasta búsetu. Eins og er er ekki leyfilegt á Íslandi að skrá lögheimili á tjaldsvæði eða gera húsið sjálft að lögheimili óháð staðsetningu. Þeir sem hyggjast búa í færanlegu húsnæði, eins og húsbíl, eða smáhýsi á hjólum, þurfa að hafa þetta í huga.

Eins þarf að huga vel að því

» Lítil hús á hjólum hafa verið vinsæl meðal fólks sem vill ekki vera fangar húsnæðisláns og vill aukið frelsi.

hvaða hluti fólks vill hafa í slíkum smáhýsum þar sem eðlilega bjóða þau ekki upp á mikið pláss fyrir húsgögn eða geymslupláss. Það getur þó verið frelsandi að fara í gegnum dótið sitt og losa sig við það sem ekki er nauðsynlegt.

Búseta sem þessi gæti verið mjög spennandi fyrir fólk sem er komið á eftirlaun eða vinnur heiman frá sér. Þá er hægt að keyra milli staða þar sem leyfilegt er að geyma húsið yfir nótt og prófa jafnvel að búa í öllum landshornum í einum og sama mánuðinum.

Strúktúr ehf. er fyrirtæki sem sinnir innflutningi á timbureiningum (Cross Laminated Timber CLT), límtrés- og stálgrindarhúsum, yleiningum, klæðningum, hurðum og gluggum og getur þar að auki séð um allar teikningar ef þess er óskað. Stefna fyrirtækisins er að bjóða vörur sem standast íslenskt veðurfar og uppfylla alla staðla og gæðakröfur kaupenda og það velur sér samstarfsaðila af kostgæfni, hvort sem það eru innlendir eða erlendir birgjar.

Krosslímdar CLT timbureiningar bjóða upp á hagkvæma og vistvæna leið til að byggja hús. „Að byggja úr CLT timbureiningum er gríðarlega álitlegur kostur í dag,“ segir Ingólfur Á. Sigþórsson, framkvæmdastjóri Strúktúrs. „Það er líka sífellt meira byggt úr timbri, ekki síst í ljósi þess að þar er verið að nota endurnýtanlegt efni sem bindur kolefni og er umhverfisvænt.“

Í húsum úr CLT einingum eru engar kuldaþrýr sem bjóða heim raka og myglu. Einingarnar eru með hátt U-gildi og því þarf minni einangrun utan á þær,“ segir Ingólfur og bætir við að í dag megi finna háhýsi um alla Evrópu byggð úr CLT timbureiningum. „Við erum búnir að reisa 4.200 fermetra hús á fimm hæðum í Hafnarfirði sem er alfarið úr CLT, meira að segja lyftugöng og stigar. Eigandinn er núna að klára að einangra og klæða húsið.“

Við erum líka búnir að reisa fjölda einbýlis- og parhúsa hér á landi, sem og sumarhús og fleira. Svo erum við nýlega búnir að afhenda CLT í þakið á Sorpu í Álfsnesi, en það er um 5.800 fermetrar eða 1.264 rúmmetrar af efni,“ segir Ingólfur. „Við erum einnig að fara af stað með fjögur sex íbúða fjölbýlishús í Reykjavík og það eru nokkur einbýlishús í framleiðslu.“

Ástæðurnar fyrir vinsældum eininganna eru gríðarlegur styrkur efnisins, vistfræðilegi hlutinn og hagkvæmnin,“ segir Ingólfur. „Einingarnar koma tilsniðnar á byggingarstað sem gerir það að verkum að það er fljótlegt að reisa og loka húsinu. Það tekur fjóra til sjö daga að reisa og setja hurðir og glugga í um 250-300 fermetra hús á einni hæð.“

Velliðan og loftgæði

„Massíft timbur skilar velliðan og lífsgæðum. Fjölbreyttir hönnunarvalkostir sem opna nýja möguleika fyrir arkitektinn eru vissulega einn þáttur í að tryggja þetta,“ segir Ingólfur. „Inni í húsinu er til dæmis hægt að sameina og hafa sýnileg yfirborð mismunandi vidartegunda eins og grenis, svissneskrar furu, silfurfuru eða BBS Antik með þússuðu eða burstuðu yfirborði. Massíft timbur hefur líka framúrskarandi eiginleika sem geymsla fyrir hita og raka, sem tryggir hlýtt tréyfirborð, jafnvægi og lífsgæði.“

CLT timbureiningar stytta byggingartíma töluvert á meðan gæðum er viðhaldið,“ segir Ingólfur. „Samsetning massífs timburs og hefðbundinna byggingarefna svo sem steinsteypu, stáls og glers geta svo leitt til hagkvæmra lausna þar sem kostir þessara efna eru sameinaðir.“

Hlutfallslega lítil þyngd vidarins er mikill kostur, til dæmis þegar við byggjum aðra hæð á eldri byggingar,“ segir Ingólfur. „CLT timbureiningar henta þá sérlega vel vegna þess að þær bjóða upp á svo marga byggingarmöguleika án þess að auka verulega álagið á bygginguna vegna þyngdar.“

Þar sem vidur er náttúrulegt hráefni hefur hann fjölmarga kosti umfram hefðbundin byggingarefni. Vidur hefur róandi áhrif og eykur velliðan, hann er framleiddur á sjálfbærann hátt, hann bindur CO₂ og vinnur þannig gegn loftslagsbreytingum, hann býður upp á náttúrulegan orkusparnað



Strúktúr hefur reist fjölda einbýlis- og parhúsa hér á landi, sem og sumarhús og fleira.

Hagkvæmar og umhverfisvænar byggingar

Strúktúr ehf. býður upp á vistvænar, þægilegar og endingargóðar timbureiningar sem gera fljótlegt og auðvelt að byggja hús. Þar fást líka stálgrindarhús sem henta einstaklega vel sem stærri hús eins og skemmur og iðnaðarhús.



Strúktúr býður upp á tvö konar stálgrindarhús sem geta verið mjög stór og henta vel sem gripahús, iðnaðarhús og allar gerðir af skemmum.



Þetta stóra fimm hæða hús í Hafnarfirði er alfarið úr CLT, meira að segja lyftugöng og stigar. Unnið er að því að klára að einangra og klæða húsið.

og hægt er að endurvinnna hann 100% vistvænt.“

Vistvænni kostur

„Viðmið eins og vistvæni, sjálfbærni, kostnaður á líftíma, endurvinnsla og hófleg nýting auðlinda

skipta miklu þegar kemur að spurningum um viðeigandi byggingarlausnir og byggingarefni,“ segir Ingólfur. „CLT timburbygging kemur greinilega betur út en hefðbundnar byggingaraðferðir ef maður skoðar alla þessa þætti.“



Ingólfur segir að það sé þægilegt, hagkvæmt og umhverfisvænt að byggja hús úr CLT timbureiningum.

MYNDIR/SIGTRYGGUR ARI

Framleiðandi eininganna, Binderholz, starfar líka samkvæmt þeirri reglu að allt hráefni er nýtt 100%, að mestu leyti með umhverfisvænum aðferðum. Það er byrjað með timburuppskeru frá sjálfbærum skógum sem eru undir góðu eftirliti og útkoman er fjölbreytt úrval af massífum timburvörum,“ segir Ingólfur. „Allar aukaafurðir sem safnast upp í framleiðslunni eru svo nýttar til fulls til að skapa græna orku og þannig tryggir Binderholz vistvæna notkun hráefna sinna.“

Hentar í skemmur og stór iðnaðarhús

„Við seljum glugga og hurðir sem koma frá Kastrup vinduet í Danmörku, en þeir bjóða upp á PVC, timbur, tré/ál og ál. Gluggarnir standast allar kröfur sem gerðar eru hér á landi og hafa verið á

markaði hér í yfir 16 ár,“ segir Ingólfur. „Klæðningarnar sem við bjóðum upp á eru timburklæðningar, ál- og stálklæðningar, bordaklæðningar með náttúrusteini frá Vynlit í Þýskalandi og Fiber sement klæðning frá SVK í Belgíu, sem er einstaklega sterk og endingargóð.“

Við bjóðum líka upp á tvö konar stálgrindarhús. Bæði léttbyggð úr Z prófilum og sterkari gerð úr IPA prófilum,“ segir Ingólfur. „Z strúktúr húsin fáum við frá Joris Ide í Belgíu en við erum búnir að selja þau um allt land í áratugi. Þau henta einstaklega vel í gripahús og allar gerðir af skemmum. Við erum búnir að afhenda nokkuð margar skemmur á þessu ári og erum núna með nokkrar skemmur í framleiðslu, meðal annars eina sem er 640 fermetrar með 5,6 m veggghæð og milligólf.“

Ef við förum í stór iðnaðarhús þá veljum við DS Staal, en við höfum verið í samstarfi við þá frá upphafi,“ segir Ingólfur. „Við erum nýbúnir að skila af okkur húsi í Hafnarfirði frá DS með steinullar-einingum frá Joris Ide, en það er 1.500 fermetrar og mænishæðin er 10 metrar. Það er líka 2.200 fermetra skemma með sjö metra veggghæð í framleiðslu, en hún verður afhent í haust ásamt fleiri skemmum.“

Það er hægt að nálgast frekari upplýsingar um vörur og þjónustu Strúktúrs á heimasíðunni www.struktur.is.





Innanhússhönnun eftir George Nelson. NORDICPHOTOS/GETTY

Saga einingahúsa

Eftir seinni heimsstyrjöld urðu einingahús vinsæll kostur í úthverfum Bandaríkjanna. Þá var þessi tegund húsa enn ný af nálinni og átti eftir að þróast mikið á næstu áratugum. Á þessum tíma var uppistaða húsa stálplötur með sérsníðanlegum eldhúsum, baðherbergjum, gluggum og hurðum til dæmis. Þótt húsin hafi ekki verið að fullu einingahús í skilningi nútímans, þá voru þau hin fyrstu til að kynna hugmyndina fyrir almenningi. Arkitektinn George Nelson er einn af þeim sem heilluðust af einingahúsum á 6. áratug síðustu aldar. Hann er einna frægastur fyrir að gera einingahúsin áberandi öðruvísi en önnur hús á meðan arkitektar á undan honum höfðu reynt að gera einingahúsin eins lík hefðbundnum heimilum og hægt var. Nelson var frægur fyrir geimaldar-framtíðarsýn sína og gerði margar skemmtilegar tilraunir í arkitektúr.



Íbúðirnar eru eftirsóttar miðað við aðra tilraunakennda hönnun. NORDICPHOTOS/GETTY

Stærsta framfaraskrefið

Á sínum tíma var stærsta framfaraskref einingahúsa-þróunar Habitat 67, blokk einingahúsa byggð fyrir sýningu á tilraunakenndum byggingum í Montreal í Kanada. Þetta kemur fram í umfjöllun á vef 99% Visible. Húsin voru útskriftarverkefni arkitektsins Moshe Safdie úr McGill háskóla og voru byggð árið 1967. Blokkin er á 12 hæðum og í henni eru 354 einingaíbúðir sem eru allar nákvæmlega eins. Safdie lagði áherslu á að hver og ein íbúð nyti ákveðinna lífsgæða. Í hverja íbúð skín sólarljós og blæs ferskt loft, auk þess sem hver íbúð inniheldur stór, opin rými. Íbúðirnar seljast í dag fyrir hundruð þúsunda Bandaríkjadollara, sem er óvanalega hátt verð fyrir tilraunakenndan arkitektúr.

» Í hverja íbúð skín sólarljós og blæs ferskt lof, auk þess sem hver íbúð inniheldur stór, opin, rými. Íbúðirnar seljast á dag fyrir hundruð þúsunda Bandaríkjadollara.

Margir vilja vinna verkin sjálfir

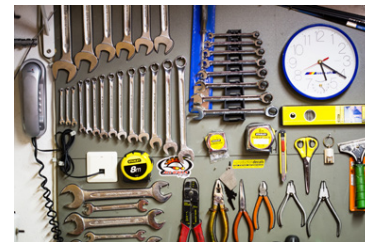
Næstum 80% Svía sögðust ætla að gera einhverjar endurbætur á heimili sínu í könnun sem gerð var þar í landi. Flestir ætluðu að framkvæma hlutina sjálfir en það reynist ekki alltaf auðvelt. Margir ætluðu að mála, aðrir endurnýja hluti sem voru orðnir úr sér gengnir, enn aðrir ætluðu að smíða pall í garðinum eða laga þakið. Erfiðustu verkefni

heima fyrir eru endurbætur á baðherbergi, síðan leki í þaki og loks viðgerðir á drenni og lögnum. Fólk treystir sér yfirleitt ekki sjálf í þessi störf og kallar til fagmenn.

Þegar Svíarnir voru spurðir um algengustu mistök sögðust 50% hafa verið of bjartsýnir á hversu langan tíma viðgerðin tæki, 13% sögðust hafa komist að því að þeir höfðu of litla þekkingu á hlut-

unum og 12% sögðust hafa reiknað kostnaðinn ranglega.

Bent er á að mikilvægt sé að gera heildarplan um framkvæmdina, gera lista yfir allt sem þarf að kaupa og gera. Einnig er bent á að spyrja fagaðila í byggingavöruslunum um væntanlega framkvæmd. Þá ætti að auðvelda sér verkið með því að fá leigð góð verkfæri, tæki og tól.



Það er nauðsynlegt að hafa góð verkfæri ætli menn í viðgerðir.



Aðeins
146.000 kr/m²

Einbýlishús í einingum við verksmiðjudyr – Stærð og litir að vali kaupenda

Láttu drauminn um nýtt heimili verða að veruleika með **vönduðu og hagstæðu** húsi frá Húseiningu

- Íslensk hönnun og framleiðsla
- Fjölmargar stærðir og útfærslur
- Gott úrval klæðninga
- Lágmarks viðhald, þarf aldrei að bera á eða mála..



- Allar einingar klæddar með láréttri álbáru í verksmiðju
- Gluggar og hurðir, fullglerjað og frágengið í einingum ásamt vatnsbrettum
- Gluggar og hurðir frá hinum þekktu framleiðanda Rehau í Þýskalandi
- Steinullareinangrun í útveggi og loft
- Rakavarnarlag og lagnagrind innan á útveggi og í loft
- Einingar í afstúkun bilgeymslu og einangrun
- Brunahurð, EL30, milli bilgeymslu og aðalrýmis
- Boltar, vinklar, festingar og límkiti
- Suðupappaborði milli sökkuþlötú og eininga, ásamt innri þéttiborða
- Állokunarlistar og aðrar flasningar að utan
- Þakkantur í smábáru, lóðrétt, ásamt vinyl loftunarplötum undir þakkant
- Þakrennur eru hvítar plastrennur ásamt niðurföllum

www.huseining.is



AKU skórnir eru framleiddir á Ítalíu úr 100% evrópskum íhlutum og efnum

AKU SUPERALP GTX

39.990 kr.

STÆRÐIR 35-48

**Hafðu
(AKU)
með
í valinu**



Aukin mykt við ökkla
GoreTex filma, 100% vatnsvörn
2mm gúmmiborði (grjótvörn) sem hentar vel í íslensku hraunlendi
IMS: Kerfi sem gefur auka mykt niður í sólan
Dempun
AKU Exoskeleton, innan- og utanfótarstuðningur
Vibram sóli

Mýkra leður til að minnka spennu og auka þægindi
Reimalæsing, hægt að vera með sitthvora stillinguna yfir rist, eða um ökkla

Rúllukefli til að halda jafnri spennu á reimum

2,6mm eka ítalst Nubuck leður

Custom fit innlegg

Til að velja rétta gönguskó er nauðsynlegt að bera saman allar helstu gerðir. Best er að gefa sér góðan tíma, fara á alla helstu sölustaði, prófa, máta og taka upplýsta ákvörðun.



Léttir gönguskór herra / kvenna

AKU TRIBUTE GTX
24.990 kr.



Borgarskór / Herra

AKU Ledro FG MID GTX
26.990 kr.



Léttir borgarskór / Herra

AKU Bellamont II Mid Plus
26.990 kr.



Lágir gönguskór, borgarskór / Kvenna

AKU Bellamont Gaia GTX
23.990 kr.



Lágir, millistífir gönguskór

AKU Tengu Low GTX
27.990 kr.



Borgarskór / kvenna

AKU Riva High GTX
26.990 kr.



Lágir gönguskór / borgarskór / herra

AKU Climatica NBK GTX
26.990 kr.



Lágir gönguskór / borgarskór / kvenna

AKU Climatica Suede GTX
24.990 kr.



Gönguskór með góðan stuðning / kvenna

AKU ALTERRA GTX
31.990 kr.



Gönguskór með góðan stuðning / herra

AKU ALTERRA GTX
31.990 kr.



Léttir göngu- / hlaupaskór / herra

AKU Selvatica GTX
24.990 kr.



Léttir göngu- / hlaupaskór / kvenna

AKU Selvatica GTX
24.990 kr.



SANDALAR OG GÖNGUSKÓR



KEEN Venice kvenna
Frábært grip á breytilegu undirlagi, sandalarnir anda vel en eru jafnframt með lokaða tá sem verndar tærnar fyrir hnjaski. Léttir og áráðanlegir.
Stærðir: 35-42
15.990 kr.

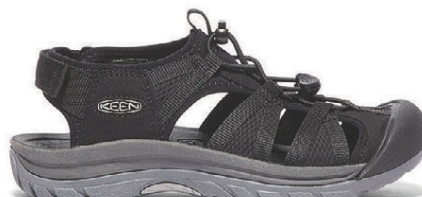
**ALLAN DAGINN
ALLA DAGA
ALLTAF**



KEEN Newport herra
Lokuð tá sem verndar tærnar fyrir hnjaski. Gott grip á sóla, hvort sem er á þurru eða blautu undirlagi, innlegg mótast eftir fætinum og veitir góðan stuðning. Þetta eru sandalar sem þú getur notað allan daginn, alla daga.
Stærðir: 40-48,5
15.990 kr.



KEEN Targhee III Mid WP herra/kvenna
Vatnsheldir gönguskór
23.990 kr.



KEEN Venice II H2 kvenna
Stillanlegt hælband, lokuð tá
15.990 kr.



KEEN Targhee III WP herra/kvenna
Vatnsheldir gönguskór
19.990 kr.



KEEN Newport H2 herra
Lokað hælband, lokuð tá
14.990 kr.



KEEN Evofit One kvenna
Góður stuðningur, lokuð tá
18.990 kr.



KEEN Evofit One herra/kvenna
Góður stuðningur, lokuð tá
18.990 kr.



KEEN Rialto herra
Leður, stillanlegt hælband og lokuð tá
21.990 kr.

Smiðjuvegur 8, Græn gata
200 Kópavogi, sími: 571 1020
www.ggsport.is



Fylgstu með okkur á Facebook og á Instagram



Dekraðu við hárið heima

Marga dreymir um þykka og gljáandi lokka enda þykja þeir sérlega aðlaðandi. En hár okkar er víst eins misjafnt og við erum mörg og eru margir að glíma við hárlos, þunnt hár og þurran og viðkvæman hársvörð. En það er óþarfi að örventa því það eru til lausnir.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is



Mjúk meðhöndlun

Það er ekki gott að þvo hárið oft. Í raun er betra að gera það sem sjaldnast vegna þess að það getur slitid hárinu og komið ójafnvægi á náttúrulega olíuframleiðslu hársvarðarins. Það er mikilvægt að vanda valið þegar kemur að því að fjárfesta í hársápu og hárnæringu. Þá er sniðugt að nota rakagefandi og styrkjandi maska reglulega. Sérfræðingar mæla með því að bíða þangað til hárið er orðið tiltölulega þurrt áður en það er greitt en sjá má skýr sönnunargögn í flestum hárburstum um það hversu illa hárburstinn fer með hárið.

Oliumeðferð

Ef hárið er mjög skaddað, hvort sem það eru lokkarnir sjálfir eða endarnir, þá getur verið virkilega gagnlegt að meðhöndla það með olíum og ilmkjarnaolíum. Þá eru oliumeðferðir af þessu tagi líka virkilega góðar fyrir þá sem vilja bæta hársvörðinn og/eða örva hárvöxt og þá sér í lagi ef bætt er við ilmkjarnaolíu/m. Þær ilmkjarna-



Regluleg oliumeðferð styrkir og nærir hárið.



Möndluolían hentar vel í hárið.

olíur sem eru algengar í heima-gerða oliumeðferð og eru taldar hjálpa við að örva blóðflæði eru til dæmis piparmyntuolía, tea tree og rósmarín. Rósmarín er stundum

notað til þess að viðhalda dökkum lit í dökku hári þannig að þau sem eru ljóshærð ættu kannski að sleppa henni. Castor-olía þykir afskaplega góð við hárlosi og hefur

lengi verið notuð til þess að þykkja hár og auka hárvöxt, hvort sem um ræðir hárin á höfðinu, augnhárin eða augabrúnirnar. Olían er hins vegar tóluvert þykk og því getur verið betra að blanda henni saman við aðrar léttari olíur eins og til dæmis aprikósu-, möndlu-, jojoba-, lærperu- eða bara hina sígildu kókosolíu.

Leiðbeiningar

Gott er að hita smávegis af olíu ásamt nokkrum dropum af þeirri ilmkjarnaolíu, eða olíum, sem þú kýst, varlega í potti þangað til hún er orðin vel volg og svo setja hana í litla skál. Það er líka hægt að setja olíuna í skál eða annað öruggt ílát og hita hana í vatnsbaði. Mælt er með að setja olíuna í rakt hár. Settu handklæði yfir herðarnar og byrjaðu að dýfa fingrunum eða pensli ofan í olíuna og bera í hárið. Best er að einblína fyrst á hársvörðinn og gefa sér góðan tíma í að nudda hann en það er

ákaflega notalegt og örvar blóðflæði. Færðu þig svo rólega niður hárlokkana og settu að lokum vel af olíu á endana. Hægt er að kreista úr afgangsolíu og bera aftur í þangað til að sem mest af olíunni er farið inn í hárið og það lekur ekki úr hárinu. Þá er gott að setja hárið upp svo að olían fari ekki í allt. Mælt er með að hafa olíuna í hárinu í að minnsta kosti 30 mínútur og svo þvo hana úr en það er árangursríkast að gera þetta yfir nótt. Þá er mikilvægt að setja handklæði á koddann svo að olían smitist ekki í rúmið og enn betra væri að nota sturtuhettu til þess að vernda sængurfötin. Ef þú vilt auka virknina enn frekar þá er gott að vefja heitu handklæði utan um höfuðið.

Oft þarf tvær umferðir af hársápu til þess að ná olíunni úr hárinu. Þau sem eru í náttúrulegri þælingum geta notað einhverskonar edik- og/eða matarsóda-blöndu.

Laugardaginn 17. ágúst gefur Fréttablaðið út sérblaðið

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Skólar & námskeið kemur út að jafnaði þrisvar sinnum á hverju ári. Að vanda er boðið upp fjölmargar fróðlegar greinar og viðtöl.

Allir sem eru velta fyrir sér námi í haust munu fá í blaðinu góða yfirsýn yfir það sem er í boði

Blaðið er mjög vinsæl valkostur ýmissa menntastofnanna og einkaskóla sem nýta blaðið til auglýsa eða kynna nám sem hefst í haust.

Nánari upplýsingar um auglýsingar og umfjallanir fyrir blaðið veitir;

Jón Ívar Vilhelmsson, markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Netfang, jonivar@frettabladid.is – Beinn sími 512-5429



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Vaktaðir allan sólarhringinn

Mesut Özil og Sead Kolasinac, leikmenn Arsenal, njóta nú verndar lögreglunnar í London allan sólarhringinn vegna hótana í kjölfar árásar á þá í síðasta mánuði.

FÓTBOLTI Unai Emery, knattspyrnu- stjóri Arsenal, gat ekki notast við krafta Mesuts Özil og Seads Kolasinac gegn Newcastle í gær en félagarnir njóta nú verndar lögreglunnar allan sólarhringinn. Þrátt fyrir fjarveru þeirra vann Arsenal leikinn 0:1. Þeir Özil og Kolasinac urðu fyrir heldur óskemmtilegri lífsreynslu ekki alls fyrir löngu þegar menn ætluðu að ræna þá en þeim tókst að verjast þeirri árás með frækilegri framgöngu.

Samkvæmt fjölmiðlum á Englandi virðist sem þeir félagar séu nú lentir í miðri orrahríð milli tveggja gengja í Norður-London. Gengisins sem ætlaði að ræna þá féлага er nú leitað bæði aflögreglu og öðru gengi sem er ósatt við það fyrra. Eiginkona Kolasinacs, Jana, er sögð hafa flogið til Þýskalands og treysti sér ekki til að vera á Englandi meðan ástandið sé við suðumark.

Sagt er að gengið sem ætlaði að ræna þá féлага ætli ekki að bakka eitt né neitt, hafi hótað þeim félögum enn á ný og voru hótanirnar teknar svo alvarlega að Arsenal ákvað að skilja þá eftir í London fyrir leikinn gegn Newcastle. Í yfirlýsingu Arse-



Sead Kolasinac og Mesut Özil eru orðnir skotspónn gengja í Norður-London. NORDICPHOTOS/GETTY

» Samkvæmt fjölmiðlum á Englandi virðist sem þeir félagar séu nú lentir í miðri orrahríð milli tveggja gengja í Norður-London.

nal í aðdraganda leiksins var sagt að vegna öryggisástæðna hefðu þeir verið skildir eftir.

Tveir menn, Ferhat Ercan og Salaman Ekinci, birtust svo fyrir utan heimili Özils í gær og veittust að lífvörðum hans sem hringdu á lögregluna og voru mennirnir handteknir. Eru þeir ákærðir fyrir brot

á svokölluðum 4a lögunum samkvæmt BBC en undir þau lög falla hótanir og annað. Þeir eiga að mæta fyrir rétt í september.

Emery sagði eftir leikinn að hann vonaðist til að geta notast við þá féлага sem fyrst. „Félagið er að meta aðstæður og við vonumst til að þeir verði með okkur í næsta leik þó að

ég geti ekki fullyrt það,“ sagði hann á blaðamannafundi.

Fyrst var haldið að ræningjarnir hefðu aðeins viljað úrin þeirra og þetta hefði verið frekar klaufaleg árás en nú er að koma í ljós að ástandið er grafalvarlegt og síðustu fréttir af þessu máli hafa enn ekki verið sagðar. – bb

Beltone Trust™

Hlustaðu á hjartað þitt

Beltone Trust™ heyrnartækin gera þér kleift að heyra jafnvel minnstu smáatriði – sem stundum reynast þau mikilvægustu. Við hjá Heyrnarstöðinni leggjum allan okkar metnað í að veita góða þjónustu og bjóða upp á hágæða heyrnartæki. Komdu í ókeypis heyrnarmælingu og fáðu heyrnartæki lánuð til reynslu.

Kringlunni • Sími 568 7777 • heyra.is

HEYRNARSTÖÐIN



TÍMAMÓT



Fátt bendir til annars en að stríðsátök verði áfram hluti af mannkynssögunni. Genfarsáttmálunum er ætlað að draga úr hörmulegum afleiðingum stríðs fyrir almenning. NORDICPHOTOS/GETTY

Með mannúð að leiðarljósi

Sjötiú ár eru frá samþykkt Genfarsamninganna sem veita vernd í vopnuðum átökum og eru hornsteinninn í alþjóðlegum mannúðarrétti. Ótal mannlífum verið bjargað, aðstæður þúsunda stríðsfanga verið bættar og milljónir sundraðra fjölskyldna sameinaðar.

Í dag, 12. ágúst, eru liðin sjötiú ár frá samþykkt Genfarsamninganna fjögurra frá árinu 1949. Með samningunum, sem byggðir eru á fyrri Genfarsamningum og Haagsamningum sem veittu mönnum vernd í vopnuðum átökum, urðu þáttaskil í framþróun mannúðarlaga. Þeir eru hornsteinninn í alþjóðlegum mannúðarrétti og með mikilvægustu lagabálkum á alþjóðavettvangi.

Samningarnir eru undirstaða þess hjálparstarfs sem fram fer á vígvöllum heimsins. Með þeim er leitast við að draga úr ómanneskjulegum afleiðingum styrjalda. Með þeim hefur ótöldum mannlífum verið bjargað, aðstæður þúsunda stríðsfanga verið bættar og milljónir sundraðra fjölskyldna sameinaðar.

Guðlaugur Þór Þórðarson utanríkisráðherra segir að með mannúð að leiðarljósi kveði Genfarsamningarnir á um vernd þeirra sem ekki taka þátt í vopnuðum átökum, þar á meðal stríðsfanga. „Jafnframt er reynt að takmarka með hvaða hætti heyrja má stríð. Vígvællir samtímans eru í auknum mæli innan ríkja og erfiðara að greina á milli óbreyttra borgara og stríðandi fylkinga. Flest fórnarlömb styrjalda eru óbreyttir borgarar,“ segir Guðlaugur.

Heljarlóðarorrusta upphafið

Hugmyndin að alþjóðlegu mannúðarstarfi er rakin til svissneska kaupsýslumannsins Jean-Henri Dunant (1828-1910) sem varð árið 1859 vitni að orrustu við þorpið Solferino suður af Gardavatninu á Ítalíu. Þar bárust herir Frakka og Austurríkismanna á banaspjótum í einu af sjálfstæðisstríðum Ítala. Á einum degi féllu og særðust um 40 þúsund manns. Benedikt Gröndal nefndi þetta Heljarlóðarorrusta og sagði mannfallið „svo mikið, að blóð tók mönnum í mjadmir“.

Á þessum vígvælli beitti Dunant sér fyrir hjálparstarfi. Í kjölfarið

fylgdi síðan stofnun Alþjóða Rauða krossins með fyrsta Genfarsamningnum. Honum var svo breytt verulega árið 1949 eftir hildarleik síðari heimsstyrjaldarinnar og mjög alvarleg brot hernaðaraðila á fyrri samningum. Þá varð til sá Genfarsáttmáli er við þekkjum í dag.

Fjórir samningar

Genfarsamningarnir og viðaukar þeirra eru alþjóðleg mannúðarlög sem gilda einungis á öfriðartímum. Þeim er ætlað að vernda þá sem ekki taka beinan þátt í öfriði fyrir afleiðingum atakanna. Þá er átt við óbreytta borgara, særða og sjúka hermenn, stríðsfanga og starfsfólk hjálparsamtaka.

Genfarsamningarnir voru samþykktir árið 1949 með þremur viðbótum frá árunum 1977 og 2005.

Sá fyrsti fjallar um meðferð slasaðra og sjúkra hermanna á vígvælli sem sýnd skuli virðing. Innviðir til að hlúa að þeim njóti verndar sem og hjálparstarfsmenn. Uppruna samningsins má rekja til ársins 1864 en hann var endurskodaður árið 1949.

Annar samningurinn nær til átaka á hafi og kveður á um bætt meðferð særðra, sjúkra og skippreika hermanna. Samningurinn var upprunalega samþykktur 1949.

Þriðji samningurinn nær til meðferðar og verndar stríðsfanga, sem og aðbúnað þeirra. Hjálparsamtök skulu hafa rétt til eftirlits og til að upplýsa fanga um réttindi þeirra. Samningurinn var upprunalega samþykktur árið 1929 en endurskodaður árið 1949.

Fjórdi samningurinn, sem er talinn sá mikilvægasti, fjallar um meðferð óbreyttra borgara í stríði. Bannað er að fólk sé beitt ofbeldi eða svipt manngri rein. Lagt er bann við mismunum fólks eftir kynþætti, litarhætti, þjóðernisuppruna, trúarbrögðum, skodunum, kynferði og félagslegri stöðu. Samningurinn var upprunalega samþykktur 1949.



Hin síðari ár hefur bein þátttaka barna í hernaði aukist mjög með alvarlegum afleiðingum. NORDICPHOTOS/GETTY

Vegna sjálfstæðisbaráttu nýlenduríkja og ýmissa þjóðernis-hreyfinga þótti nauðsynlegt að útfæra skilgreiningu mannúðarlaga. Það var gert með þremur viðbótarsamþykktum eða bókunum.

Fyrsta bókunin er frá árinu 1977 og kveður á um aukna vernd óbreyttra borgara. Bann er lagt við árásum á borgaraleg mannvirki með enga hernaðarþýðingu.

Í annarri bókuninni sem er frá 1977 er áréttað að sú vernd sem Genfarsamningarnir veita nái einnig til innanlandsátaka. Þar er meðal annars vísað til árasa skærulíða á almenna borgara.

Þriðja bókunin er frá árinu 2005, og gefur hún Rauða kristalnum (sem tákni án trúarlegrar skírskotunar) sömu stöðu og Rauði krossinn og Rauði hálfmáninn hafa haft.

Ísland þátttakandi

Genfarsamningarnir hafa verið samþykktir af 196 ríkjum heims. Ísland fullgilti Genfarsamningana 10. ágúst 1965 og viðauka I árið 1987, viðauka II árið 1987 og

síðan viðauka III árið 2006. Í raun hefur Ísland verið aðili að Genfarsamningnum frá upphafi, enda þá í konungssambandi við Danmörku, stofnaðila fyrsta samningsins.

Guðlaugur Þór segir að í árslok 2018 hafi Alþingi samþykkt lög um refsingar fyrir höp morð, glæpi gegn mannúð, stríðsglæpi og glæpi gegn friði sem tryggir m.a. að íslensk lög-gjöf endurspegli Genfarsamningana enn betur. „Íslensk stjórnvöld eiga einnig mjög gott samstarf við Rauða krossinn sem hefur einstöku hlutverki að gegna við framkvæmd samninganna,“ segir hann.

Enn þörf fyrir Genfarsamningana

Upplýsingasetur innan Uppsala-háskóla (UCDP) um átök segir að frá seinni heimsstyrjöld hafi verið um 250 meiriháttar stríð í heiminum þar sem meira en 50 milljónir hafi verið drepin, tugir milljóna orðið heimilislaus, og óteljandi hafi særst eða eigi um sárt að binda. Í dag séu 27 virk stríð og meiriháttar átök í heiminum. Að auki eru tugir stríða að forminu til þótt engin séu átök.



Við þurfum sífellt að minna á þá og auka þekkingu almennt á alþjóðlegum mannúðarlögum, bæði meðal herja og almennings um þá vernd sem honum ber. Jafnframt þarf að halda áfram að draga til ábyrgðar fyrir glæpi í vopnuðum átökum.

Guðlaugur Þór Þórðarson
utanríkisráðherra

Sænsk friðarrannsóknarstofnun SIPRI, segir að fólk á vergangi á árinu 2018 hafi verið 68,5 milljónir, þar af teljist meira en 25 milljónir flóttamenn.

Utanríkisráðherra segir að tíðar fréttir af stríðsátökum ættu að vera okkur áminning um mikilvægi Genfarsamninganna. „Við þurfum sífellt að minna á þá og auka þekkingu almennt á alþjóðlegum mannúðarlögum, bæði meðal herja og almennings um þá vernd sem honum ber. Jafnframt þarf að halda áfram að draga til ábyrgðar fyrir glæpi í vopnuðum átökum,“ segir Guðlaugur Þór.

„Meginatriði er að koma í veg fyrir styrjaldir svo ekki þurfi að koma til beitingar mannúðarlaga á stríðstímum. Um þetta fjallar alþjóðasamvinna að stóru leyti. Til dæmis Sameinuðu þjóðanna, alþjóðastofnana á borð við Öryggis- og samvinnustofnun Evrópu, Evrópuráðið og Atlantshafsbandalagið,“ segir Guðlaugur Þór utanríkisráðherra.

david@frettbladid.is

DRAUMASIGLINGAR MEÐ NORWEGIAN CRUISE LINE

FREE AT SEA

ALLT INNIFALIÐ Í ÖLLUM SIGLINGUM

EKKI BORGJA MEIRA EN ÞÚ ÞARFT



WORLD
TRAVEL
AWARDS

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
Aþena, Ródos, Mykonos í Grikklandi
Dubrovnik í Króatíu, Feneyjar

Verð frá kr. 452.000 á mann

MIÐJARÐARHAFIÐ
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
Nynashamn og Kaupmannahöfn

Verð frá kr. 380.000 á mann

MIÐJARÐARHAFIÐ
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

NCL NORWEGIAN
CRUISE LINE®

Besta skipafélagið í Evrópu 11 ár í röð og 6 ár í Karíbahafi

NORRÆNA
FERÐASKRIFSTOFAN

Sími 570 8600

www.norræna.is
Stangarhyl 1, 110 Rvk.

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Mánudagur

Reykjavík



9 | 9
°C ↓

Egilsstaðir



9 | 3
°C ↗

Ísafjörður



3 | 11
°C ↓

Kirkjubæjarkl



12 | 13
°C ↘

Akureyri



7 | 9
°C ↘

Hveravellir



2 | 13
°C ↘

Norðan og norðvestan, 10-18 m/s, hvassast með austurströndinni. Rigning um norðanvert landið, talsverð eða mikil á köflum, en slydda eða snjócoma til fjalla. Norðan 10-18 m/s á morgun, hvassast vestast á landinu, en lægir heldur og styttr upp A til síðdegis. Hiti 3 til 8 stig, en lengst af bjartviðri syðra og hiti 10 til 15 stig.

Þriðjudagur

Reykjavík



12 | 8
°C ↙

Egilsstaðir



10 | 5
°C ↙

Ísafjörður



4 | 8
°C ↙

Kirkjubæjarkl



13 | 3
°C ↗

Akureyri



8 | 4
°C ↘

Hveravellir



4 | 7
°C ↙

Miðvikudagur

Reykjavík



13 | 3
°C ↓

Egilsstaðir



6 | 4
°C ↓

Ísafjörður



5 | 4
°C ↙

Kirkjubæjarkl



13 | 1
°C ↙

Akureyri



5 | 2
°C ↓

Hveravellir



6 | 6
°C ↙

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT

- 1 Högni
- 5 Sakka
- 6 Tveir eins
- 8 Land í Evrópu
- 10 Átt
- 11 Hress
- 12 Hnoð
- 13 Flog
- 15 Svík
- 17 Nötra

LÓDRÉTT

- 1 Kvarnast
- 2 Gramsa
- 3 Jafnvel
- 4 Hreinsi
- 7 Fylki
- 9 Fjærst
- 12 Rófa
- 14 Dauði
- 16 Rún

1	2	3		4	
5				6	7
8			9		
10				11	
13	14				
15				16	
	17				

LÁRÉTT: 1 fress, 5 lóð, 6 kk, 8 hálfa, 10 sa, 11 ern, 12 hnit, 13 slæg, 15 talsyn, 17 titra.
LÓDRÉTT: 1 filasast, 2 rófa, 3 eða, 4 skir, 7 kantóna, 9 lengst, 12 hall, 14 lát, 16 yr.

Skák Gunnar Björnsson

Hilmir Freyr Heimisson (2.258) átti leik gegn Konstantinos Triantos á EM ungmenna.

19.... Rfe2+!! 20. Dxe2 Dxc1!
21. Rxd4 De3+ 22. Kg2 exd4.
Skiptamun yfir varð Hilmir Freyr ekki skotaskuld að innbyrða vinninginn. Vignir Vatnar Stefánsson fékk flesta vinninga íslensku krakkanna eða 6 vinninga í 9 skákum.

www.skak.is: Allt um EM

Svartur á leik



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

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

Pondus



Gelgjan



Barnalán



LOGGILTUR RAUFVERKTAKI

Alhliða rafverktakar
þjónusta við fyrirtæki og heimili

RAFLÍNA
Sími 617 1111 - raflina@raflina.is

GEFÐU HÆNU

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

EITT LANDSINS MESTA ÚRVAL AF PERUM

RAFVÖRU MARKAÐURINN
Rafvörumarkaðurinn við Fellsmúla | Sími: 585 2888

KEA SKYR

ÞRJÁR LEIÐIR TIL AÐ NJÓTA



ÞETTA GAMLA GÓÐA

NYJAR
UMBÚÐIR



KOLVETNASKERT

NÝTT!



ÁVEXTIR Í BOTNINUM

NÝTT!





„Öll bestu tónskáld sem ég hef unnið með þekktu tónlistarsöguna,“ segir Sigurbjörn. FRÉTTABLAÐID/SIGTRYGGUR ARI

Eina lífið sem ég get hugsað mér

Sigurbjörn Bernharðsson, Grammy-verðlaunahafi, fiðluleikari og prófessor við tónlistarháskólann í Oberlin í Bandaríkjunum, kom hingað til lands til að kenna á Alþjóðlegu tónlistarakademíunni.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Sigurbjörn Bernharðsson fiðluleikari og prófessor var staddur hér á landi á dögunum en hann var meðal kennara Alþjóðlegu tónlistarakademíunnar sem haldin var í Hörpu. Þar hélt hann námskeið fyrir 20 unga tónlistarmenn á aldrinum 14-22 ára, erlenda sem innlenda. Hann æfði nemendur í flutningi strengjakvartetta, en sjálfur starfaði hann í 17 ár sem fiðluleikari í Pacifica strengjakvartettinum sem vann til ýmissa verðlauna, þar á meðal Grammy-verðlauna árið 2009. Sigurbjörn hafði reyndar ekki tók á að veita þeim verðlaunum viðtöku í eigin persónu því hann var á tónleikaferðalagi á þeim tíma.

„Tónlist fyrir kvartetta er eitt af mínum sérsviðum og margir telja hana vera hjarta tónlistarþóknunarmenntanna. Tónskáldum finnst enn þann dag í dag jafn áhugavert að skrifa strengjakvartett og þeim fannst fyrir 300 árum,“ segir hann. „Á námskeiðinu voru 20 einstaklingar sem ég skipti í fimm hópa. Margir þeirra þekktust ekki neitt, voru frá mismunandi stöðum með mismunandi lífsviðhorf og fylgja mismunandi trú en en þurftu að vera ein heild þegar þeir tóku þessa tónlist. Akademiá eins og þessi sem haldin var í Hörpu undirbýr þetta tónlistarfolk undir svo margt, eins og til dæmis hljómsveitarflutning og samstarf við fólk.“

Spilaði 90-100 tónleika á ári
Sigurbjörn er prófessor við tón-

ÞEGAR ÉG FÓR Í STRÆTÓ TIL AÐ FARA Í SPILATÍMANA FALDI ÉG FIÐLUKASSANN Í FÓTBOLTA-TÖSKUNNI. ÉG VILDI EKKI AÐ VINIR MÍNIR VISSU AÐ ÉG VÆRI AÐ SPILA.

listarháskólann í Oberlin sem er elsti tónlistarháskóli Bandaríkjana, en áður var hann prófessor í fiðluleik og kammertónlist við Jacob School of Music háskólann í Indiana. „Oberlin er bæði háskóli og tónlistarháskóli. Skólinn er þekktur fyrir að vera ótrúlega róttækur skóli og var til dæmis fyrsti skólinn sem veitti svartri konu inngöngu og það var árið 1833, löngu fyrir þrælastríðið. Síðar þegar þrælar flúðu frá suðri þá komu þeir til Oberlin þar sem þeir gátu lifað sem frjálst fólk og þeim var einnig veitt aðstoð til að komast yfir til Kanada,“ segir Sigurbjörn.

Fyrir tveimur árum hætti Sigurbjörn að spila með Pacifica strengjakvartettinum. „Þetta voru 17 ár og við vorum að spila 90-100 tónleika á ári og á ferðalagi 200 daga. Ég hafði helgað mig þessum kvartett aflífi og sál í öll þessi ár og nú var ég tilbúinn fyrir næsta verkefni. Þegar mér var boðið starfið hjá Oberlin var eins og hver einasta fruma í líkamanum bæði mig um að taka því og um leið kom ekki annað til greina en að hætta í kvartettinum. Ég á konu og tvö lítil börn og var ekki tilbúinn að missa af öllum afmælum hjá þeim. Nú er ég í fullu starfi sem prófess-

or í fiðluleik og hef tíma til að spila meiri einleik og taka að mér önnur verkefni.“

Ekki ólíkt hlutverki leikara

Aðspurður segist Sigurbjörn ekki semja eigin tónlist. „Hlutverk hljóðfæraleikara er ekki ólíkt hlutverki leikara. Við erum með handrit og það er okkar að túlka efni þess. Ég hef lært mikla hljómfraði en hún er lykillinn að því að flytjendurnir skilji tónlistina sem þeir flytja. Ég hef unnið með ógrynni af tónskáldum og þau eru að eiga við sömu viðfangsefni og tónskáldin fyrir 300 árum: tilfinningar og viðhorf til þess sem er að gerast í heiminum. Það er makalaust mikið af frábærum tónskáldum starfandi í dag og þau blanda saman alls kyns tónlist eins og til dæmis þjóðlagatónlist og popptónlist. Ég hef fylgst með íslenskri tónlist og mér finnst ekki vera nein íslensk rödd, það er heldur engin amerísk rödd og engin þýsk rödd. Það er mikið að gerast og margir eru að semja. Það sem angrar mig stundum í sambandi við nýja tónlist í dag er að það verður mjög augljóst þegar tónskáldin þekktu ekki söguna. Öll bestu tónskáld sem ég hef unnið með þekktu tónlistarsöguna, allt frá tónlist Palestrina til tónlistar dagsins í dag og byggja þess vegna á sterkum og góðum grunni. Þegar tónskáld sem þekktu tónlistarsöguna vel eru frumleg þá eru þau verulega frumleg.“

Erfitt að vera strákur og læra á fiðlu

Sigurbjörn ólst upp í tónlistarumhverfi og var sex ára þegar hann byrjaði að læra á fiðlu. „Mamma, Rannveig Sigurbjörnsdóttir, er ótrúlegur tónlistaráhugamaður og með gríðarlegt tónlistarminni. Ef hún heyrir verk einu sinni þá man hún það. Ef hún hefði fæðst í dag

Er ferðavagninn rafmagnslaus?



Mikið úrval - Traust og fagleg þjónusta

SKORRI

SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

TUDOR

TUDOR

Bíldshöfða 12 • 110 Rvk • 577 1515 • skorri.is

Hvað? Hvenær? Hvar? Mánudagur

hvar@frettabladid.is

12. ÁGÚST 2019

Hvað? Fyrirlestur
Hvenær? 12.00-13.00
Hvar? Listaháskóli Íslands
Tónskáldið Eivind Buene,
prófessor við Norska
tónlistarháskólann
(Norwegian Academy of Music),
heldur fyrirlestur
um eigin tónlist.
Ókeypis aðgangur.

Hvað? Tónleikar fyrir
einleiksstrengjahljóð-
færi
Hvenær? 21.00

Hvar? Mengi, Óðinsgötu
Flutt verða verk eftir Eivind
Buene, Tryggva Baldvinsson,
Anne Sophie Andersen,
Dai Fujikura, Matthias
McIntire, Angel Lam,
og Salvatore Sciarrino
Flytjendur
eru Mari Kimura,
Henrik Brendstrup,
Ásdis Valdimarsdóttir,
Gróa Margrét Valdimarsdóttir,
Patrick Yim,
Emmanuel Vukovich,
og Matthias McIntire.
Miðasala á tónleikastað.



Gróa Margrét
Valdimarsdóttir.



Ásdis Valdimarsdóttir.

ÞETTA VORU 17 ÁR OG VIÐ VORUM AÐ SPILA 90-100 TÓNLEIKA Á ÁRI OG Á FERDALAGI 200 DAGA. ÉG HAFÐI HELGAÐ MIG ÞESSUM KVARTETT AF LÍFI OG SÁL Í ÖLL ÞESSI ÁR OG NÚ VAR ÉG TILBÚINN FYRIR NÆSTA VERKEFNI.

Þá hefði hún orðið tónlistarmaður. Það er ekkert sem hún elskar meira en tónlistina, nema við börnin. Systir mín, Svava Bernharðsdóttir, er atvinnutónlistarmaður og spilar í Sinfóniunni. Frændi minn, Þorkell Sigurbjörnsson, hafði mikil áhrif á mig því hann tók mig oft með á tónleika og kynnti mig fyrir alls konar tónlist. Ég er einmitt nýbúinn að gefa út hjá Smekkleysu upptöku af verkum hans fyrir fiðlu.

Ég hreifst strax af tónlist en það var erfitt að vera strákur og læra á fiðlu því þar var ég eini strákurinn. Þegar ég fór í strætó til að fara í spilatímana faldi ég fiðlukassann í fótbotatöskunni. Ég vildi ekki að vinir mínir vissu að ég væri að spila. Ég hafði kennara sem héldu mér við efnið, Gigju Jóhannsdóttur og seinna Guðnýju Guðmundsdóttur sem gerði mér grein fyrir því að ef ég ætlaði að leggja fyrir mig fiðluleik yrði ég að æfa mig fimm tíma á dag. Í dag er ég atvinnumaður og kann þetta en þarf að æfa mig mikið á hverjum degi. Þess vegna æfi ég mig í klukkutíma áður en krakkarnir vakna og síðan í einn klukkutíma áður en ég byrja að kenna og svo eins mikið og ég get þegar ég undirbý verkefni. Ég er ekki að segja að þetta sé besta líf í heimi en þetta er eina lífið sem ég get hugsað mér."

12. ágúst 2019 • Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttarvillur og myndabroti

ALLT AÐ **60 ÞÚSUND** AFSLÁTTUR AF FARTÖLVUM

ALLT AÐ **50% AFSLÁTTUR** AF YFIR 1000 VÖRUM

OPNUNAR OPNUNAR TILBOÐ

MEDAN BIRGÐIR ENDAST

VEISLA ALLA VIKUNA
Fjöldi opnunartilboða og ljúffengur Lurkur frá Emmessís í boði!

TÖLVUTEK

NÝ VERSLUN
Í MÖRKINI 3 REYKJAVÍK OG UNDIRHLÍÐ 2 AKUREYRI

Reykjavík • Mörkin 3 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

Mánudagur



Sumar gjöf Rásar 2

Úrval eldri og nýrri þátta úr safni Rásar 2 sem þú getur notið þegar þér hentar. Sumargjöfn er aðgengileg í spilara á RÚV.is, í RÚV-appinu, á Spotify og öllum helstu hlaðvarpsveitum.

Nýjir þættir í spilara

RAGGA GÍSLA Í 60 ÁR



RÁS 2

fyrst og fremst

RÚV SJÓNVARP

- 13.00** Útsvar 2016-2017 Garðabær - Hornafjörður
- 14.10** Enn ein stöðin
- 14.35** Maður er nefndur Ólöf Ólafsdóttir Í þessum þætti ræðir Jónatan Garðarsson við séra Ólöfu Ólafsdóttur. Ólöf segir frá ætt sinni og uppruna og æskuárunum í Reykjavík. Hún segir frá skólagöngu sinni, m.a. frá veru sinni í MR. Hún talar einnig um fjölskyldu sína og það áfall sem hún varð fyrir er maður hennar, Svavar Pálsson, lést fyrir aldur fram. Ólöf segir frá starfsferli sínum og guðfræðináminu sem hún fór í á sextugsaldri. Hún segir frá starfi sínu sem prestur á hjúkrunarheimilinu Skjóli.
- 15.20** Út og suður
- 15.45** Af fingrum fram Egill Ólafsson
- 16.35** Til Rússlands með Simon Reeve Þriggja þátta röð frá BBC þar sem Simon Reeve fer í magnað ferðalag um Rússland. Í þriðja þætti liggur leið Reeves frá Krímskaga til Sankti Pétursborgar.
- 17.35** Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarpsins
- 17.50** Táknálsfréttir
- 18.00** KrakkaRÚV
- 18.01** Lalli
- 18.08** Minnsti maður í heimi
- 18.09** Simon
- 18.14** Refurinn Pablo
- 18.19** Letibjörn og læmingjarnir Teiknimyndapættir um björn sem býr í þjóðgarði í Kanada og heldur að hús skógarvarðarins sé yfirráðasvæði hans þegar skógarvörðurinn bregður sér frá. Vandamálið er að hópur læmingja hefst einnig við í húsinu og sambúð bjarnarins og læmingjanna gengur ekki sérstaklega vel.
- 18.28** Klingjur
- 18.39** Mói
- 18.50** Landakort Vitinn á Selskeri
- 19.00** Fréttir
- 19.25** Íþróttir
- 19.30** Veður
- 19.35** Sumarið
- 20.00** Flökkuhópar í náttúrunni Heimildapáttaröð í fjórum hlutum frá National Geographic um búferlaflutninga í dýrarikinu, þar sem dýr af ýmsum tegundum ferðast langar leiðir til að tryggja afkomu sína og afkvæma sinna.
- 20.55** Hið sæta sumarlíf
- 21.10** Sýknaður
- 22.00** Tiufréttir
- 22.15** Veður
- 22.20** Þetta er Orson Welles Heimildarmynd um kvikmyndaleikstjórnann Orson Welles sem byggist meðal annars á viðtölum við hann sjálfan, dóttur hans og fólk úr kvikmyndaiðnaðinum. Leikstjórn: Clara Kuperberg og Julia Kuperberg.
- 23.15** Haltu mér, slepptu mér
- 00.10** Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

- 08.55** PGA Highlights Hápunktarnir á PGA mótunum.
- 09.50** The Open Specials
- 10.20** Golfing World Skemmtilegur þáttur sem fjallar um allt sem við kemur golfheiminum.
- 11.10** Ladies Scottish Open Útsending frá Ladies Scottish Open á LPGA mótariðinni.
- 14.10** Golfing World
- 15.00** The Northern Trust Útsending frá The Northern Trust á PGA mótariðinni.
- 20.55** Ladies Scottish Open

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957

SJÓNVARP SÍMANS

- 06.00** Síminn + Spotify
- 08.00** Dr. Phil
- 08.45** The Tonight Show
- 09.30** Síminn + Spotify
- 12.00** Everybody Loves Raymond
- 12.20** The King of Queens
- 12.40** How I Met Your Mother
- 13.05** Dr. Phil
- 13.50** The Neighborhood
- 14.15** Crazy Ex-Girlfriend
- 15.00** 90210
- 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** Dr. Phil
- 18.15** The Tonight Show
- 19.00** The Late Late Show
- 19.45** Superstore
- 20.10** Gordon Ramsay's 24 Hours to Hell and Back
- 21.00** Seal Team
- 21.50** MacGyver
- 22.35** Mayans M.
- 23.35** The Tonight Show
- 00.20** The Late Late Show
- 01.05** NCIS
- 01.50** The Good Fight
- 02.35** Star
- 03.20** I'm Dying Up Here
- 04.20** Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

- 06.45** Morgunbæn og orð dagsins
- 06.50** Morgunvaktin
- 07.00** Fréttir
- 07.30** Fréttayfirlit
- 08.00** Morgunfréttir
- 08.30** Fréttayfirlit
- 09.00** Fréttir
- 09.05** Segðu mér
- 09.45** Morgunleikfimi
- 10.00** Fréttir
- 10.03** Veðurfregnir
- 10.13** Flugur Vængir koma fyrir í öllum lögunum
- 11.00** Fréttir
- 11.03** Mannlegi þátturinn
- 12.00** Fréttir
- 12.02** Hádegisútlit
- 12.20** Hádegisfréttir
- 12.40** Veðurfregnir
- 12.50** Dánarfregnir
- 12.55** Samfélagið
- 14.00** Fréttir
- 14.03** Til allra átta Nikkan blivur
- 15.00** Fréttir
- 15.03** Að rækta fólk Lýst er skólastarfi í sveitum landsins
- 16.00** Síðdegisfréttir
- 16.05** Hátalarinn
- 17.00** Fréttir
- 17.03** Tengivagninn
- 18.00** Spegillinn
- 18.30** Útlit KrakkaRÚV
- 18.50** Veðurfregnir
- 18.53** Dánarfregnir
- 19.00** Sumartónleikar evrópskra útvarpsstöðva
- 20.35** Mannlegi þátturinn
- 21.30** Kvöldsgagan. Hringrás
- 22.00** Fréttir
- 22.05** Veðurfregnir
- 22.10** Tengivagninn
- 23.05** Hátalarinn
- 00.00** Fréttir
- 00.05** Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

- 12.00** The Circle
- 13.50** Surf's Up 2. WaveMania
- 15.15** Made of Honor
- 16.55** The Circle
- 18.50** Surf's Up 2. WaveMania
- 20.15** Made of Honor
- 22.00** Winchester
- 23.40** Baby Driver
- 01.35** Estranged
- 03.10** Winchester

STÖÐ 2

- 07.00** The Simpsons
- 07.25** Friends
- 07.45** Gilmore Girls
- 08.30** Ellen
- 09.15** Bold and the Beautiful
- 09.35** My Brain and Me
- 10.25** Divorce
- 10.55** The Great British Bake Off
- 11.55** Landnemarnir
- 12.35** Nágrannar
- 13.00** So You Think You Can Dance
- 14.20** So You Think You Can Dance
- 15.50** Manstu
- 16.35** Mom
- 17.00** Bold and the Beautiful
- 17.20** Nágrannar
- 17.45** Ellen
- 18.30** Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.
- 18.55** Ísland í dag Skemmtilegur og fjölbreyttur dægurmálaþáttur.
- 19.10** Sportpakkinn Íþróttafréttamenn fara yfir það helsta úr heimi íþróttanna.
- 19.20** Veður
- 19.25** Grand Designs Australia
- 20.20** Suits
- 21.05** The Son
- 21.50** Snatch
- 22.35** 60 Minutes
- 23.20** Our Girl
- 00.15** Jett
- 01.05** Knightfall
- 01.50** Succession
- 02.50** Succession
- 03.50** Succession
- 04.45** Broadchurch Þriðja þáttaröð og jafnframt sú síðasta af þessum magnþrungnu spennuþáttum. Í þessari þáttaröð rannsaka rannsóknarlögreglufulltrúarnir Alec Hardy og Ellie Miller alvarlegt kynferðisbrot. Fljótlega komast þau að því að staðsetning árásarinnar og aðstæður þar í kring munu tefta rannsókn málsins. Ólafur Arnalds sér um tónlistina í þáttunum eins og í fyrri þáttaröðum.

STÖÐ 3

- 19.10** Mom
- 19.35** Schitt's Creek
- 20.00** Seinfeld
- 20.25** Friends
- 20.50** Wrecked
- 21.15** Empire
- 22.00** Who Do You Think You Are?
- 22.45** The Hundred
- 23.30** Supernatural
- 00.15** Mom
- 00.40** Seinfeld
- 01.05** Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

- 08.30** N1 - mótið Skemmtilegur þáttur um knattspyrnustjórnur framfarinnar.
- 09.10** Portsmouth - Birmingham
- 10.50** Grótta - Keflavík Útsending frá leik í Inkasso deild karla.
- 12.30** Fylkir - Stjarnan Útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.
- 14.10** Pepsi Max mörk kvenna
- 15.15** ÍA - Breiðablik
- 16.55** Valur - FH
- 18.35** Football League Show Sýndar svipmyndir úr leikjunum í ensku 1. deildinni.
- 19.05** Fylkir - Grindavík Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
- 21.15** Pepsi Max mörk karla Leikirnir í Pepsi Max deild karla gerðir upp af sérfræðingum Stöðvar 2 Sport.
- 22.45** Atletico Madrid - Juventus Útsending frá leik í International Champions Cup.

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

ENN HOLLARI OLÍA

það byrjar allt með fjórum fræjum



**OMEGA 3 & 6
+ D- & E-VÍTAMÍN
NAUÐSYNLEGAR FYRIR LÍKAMANN**

ISIO 4 FÆRIR ÞÉR MIKILVÆG NÆRINGAREFNI





8. - 19. ÁGÚST

20-40%

AF BORÐSTOFU-
HÚSGÖGNUM OG
BORÐBÚNAÐI



ILVA Korputorgi, s: 522 4500 - www.ilva.is
laugardaga og sunnudaga 12-18
mánudaga - föstudaga 11-18:30



Vafalaust myndast ákveðið gat á veislustjórmarkaðinum þegar Margrét eignast frumburð sinn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Veislan aldrei skemmtilegri en fólkið sem er í henni

Margrét Erla Maack býður nú fólki upp á námskeið í veislustjórn. Hún segist hafa skemmt í góðum og hræðilegum veislum og að námskeiðið henti öllum sem langar að taka að sér að stýra mannamótum.

Fjöllistakonan og skemmtikrafturinn Margrét Erla Maack stendur fyrir námskeiðum í veislustjórn í vikunni. Í mars síðastliðnum var hún uppbókuð og flestir í sama bransa sem hún beindi fólki vanalega til einnig. Í kjölfarið fékk hún þá hugmynd að bjóða upp á námskeiðin, enda uppfyll um fróðleik eftir að hafa verið í skemmtanabransanum í meira en áratug.

Stundum gengið eins og í sögu, stundum eins og í martröð

„Ég var svoltið að lenda í að fólk var að hringja í mig í stressi að segja mér að það hefði tekið að sér veislustjórnun og hefði ekki hugmynd um hvað það ætti að gera. Það var þá fólk sem mér finnst mjög skemmtilegt og sniðugt og ég hélt að myndi alveg geta þetta,“ segir Margrét Erla um ástæðu þess að hún ákvað að bjóða upp á námskeiðin.

Hún segist oft í gegnum tíðina hafa fengið spurningar tengdar veislustjórnun.

„Hvað á að rukka, í hverju á að vera, hvernig er best að raða upp

kvöldi. Ég er auðvitað alls ekki alvitur, en veislustjórn og skemmtanir hafa verið lifibrauð mitt síðustu fjögur árin, ég hef skemmt í frábærum og hræðilegum veislum. Allt hefur gengið eins og í sögu og eins og í martröð.“

Samskipti við eldhúsið mikilvæg

Hún segist eiga alls konar sögur sem geta verið öðrum víti til varnaðar. „Samskiptin við yfirþjón og eldhús eru til að mynda lyklatríði. Ef bókaðir eru aðrir skemmtikraftar sem eru vinsælir þurfa tímasetningar að standast. Ari Eldjárn getur ekki beðið í 15 mínútur. Mér finnst líka eins og veislustjórinn sé sá sem setur sparistemminguna í veisluna.“ Margrét segist einbeita sér að veislustjórn á viðburðum tengdum fyrirtækjum, en á námskeiðinu verði líka farið út í punkta sem henta brúðkaupum, stórafmælum og ráðstefnum.

„Ég myndi segja að námskeiðið henti í raun öllum þeim sem sjá fyrir sér að stýra mannamótum. En svo er líka gott að muna að veislan er aldrei skemmtilegri en fólkið sem er í henni. Það á jafnt við um veislustjórnann og þá sem sitja með manni við borð.“

Pláss fyrir fleiri veislustjóra

Margrét hefur verið í bransanum síðan 2007 og segir marga halda að eftir það hafi komið dýfa í skemmtibransann.

„Þvert á móti. Vinnustaðir leggja mikið upp úr að halda í þessi mannamót á borð við árshátíðir, þorablót og jólahlaðborð, því þau eru svo mikilvæg fyrir mórallinn. Við sjáum það líka á fjölda viðburðafyrirtækja að fólk sækir í þjónustu þar sem er ákveðin reynsla til staðar. Ástæðan fyrir því að

» Boðið verður upp á þrjú námskeið, mánudaginn 12. ágúst kl. 18-21 þriðjudaginn 13. ágúst kl. 11-14 og mánudaginn 19. ágúst kl. 18-21.

Námskeiðin fara fram í Gym og tónik-salnum á Kex og fer skráning fram á tix.is.

ég ákvað að halda þetta námskeið er að til dæmis núna í mars síðastliðnum var ég í vandræðum að benda á fólk því ég var bókuð öll föstudags- og laugardagskvöld í þeim mánuði,“ segir Margrét.

Hún segir alla sem hún hafi þekkt og gat vanalega beint fólki til hafi einnig verið uppbókaða þann mánuðinn.

„Það er því pláss fyrir fleiri veislustjóra og skemmtikrafta, sérstaklega sem taka að sér minni veislur, og fullt af fólki sem langar að vita hvort þetta er eitthvað sem hentar því. Það eru tvö pláss laus á námskeiðið í kvöld, mánudagskvöld, og aðeins fleiri á morgun og næsta mánudag.“
steingerdur@frettabladid.is



Í sumar ferðaðist Margrét um landið með fjöllistasýninguna **Búkalú**. MYND/ GALLERÝ UNDIR-HEIMAR

Frábært verð í ágúst og september

Spari dagar

Gerðu verðsamanburð!

Verð frá kr.

67.995



Verð frá kr.

87.995



**BÓKAÐU SÓL
ALLUR PAKKINN**

Íslensk fararstjórn,
taska og handfarangur
innifalið.

Stórlækkað verð á öllum brottförum í ágúst og september!

Tenerife 21. ágúst í 7 nætur



Globales Tamaimo Tropical

Frá kr. 67.995

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
Frá kr. 87.995 á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting

Costa del Sol 3. september í 7 nætur



ALLT INNIFALIÐ

Globales Playa Estepona

Frá kr. 99.395

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
Frá kr. 124.295 á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, ALLT INNIFALIÐ

Alicante borg 27. ágúst í 7 nætur



Sercotel Hotel Spa

Frá kr. 89.995

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
Frá kr. 122.596 á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting, Morgunverður

Costa del Sol 10. september í 7 nætur



Vegasol Playa

Frá kr. 79.845

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
Frá kr. 100.095 á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting

Costa del Sol 27. ágúst í 7 nætur



Vegasol Playa

Frá kr. 69.995

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
Frá kr. 107.195 á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting

Tenerife 4. september í 7 nætur



Globales Tamaimo Tropical

Frá kr. 76.845

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
Frá kr. 89.995 á mann m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting

Birt með fyrirvara um prentbílur. Heimisferðir áskilja sér rétt til læbættinga á síku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.

595 1000 • **Bókaðu þína ferð á** [heimisferdir.is](https://www.heimisferdir.is)

Heimisferðir



BAKÞANKAR

Láru G. Sigurðardóttur



Að fara heim

Ung stúlka fylltist ótta þegar hún tók eftir hve hendur ömmu hennar skulfu þar sem hún lagði á borð. „Amma, ertu að deyja?“ spurði hún með titrandi röddu en amman hafði gengið henni í móðurstað. Amma svaraði blíðlega: „Nei elskan mín, ég er ekki tilbúin að fara heim.“

Sagan er atburður úr lífi kennara sem ég sótti nýverið tíma hjá og vakti mig til umhugsunar. Getur verið að við séum gestir á jörð? Getur verið að hið raunverulega heimili okkar sé annað en við sjáum oft fyrir okkur? Þó við leigjum eða eigum húsnæði sem við köllum heima þá er það tímabundið. Er okkar sönnu heimkynni í annarri vidd?

George E. Vaillant sem er geðlæknir og prófessor við Harvard segir æðri mátt (spirituality) snúast um tilfinningar og félagsleg tengsl – að láta sér meira annst um mannsandann eða sálina heldur en veraldlega eða líkamlega hluti.

Æðri máttur þarf ekki að vera yfirnáttúrulegt fyrirbæri heldur býr æðri máttur innra með hverju okkar. Þegar oxýtósín og endorfín slá taktinn í límbíska kerfi heilans finnum við djúpan tilgang með tilverunni. Jákvæðar tilfinningar eins og ást, umhyggja, gleði, fyrirgefning og þakklæti eru sem eldsneyti fyrir upplifun æðri máttar. Charles Darwin sagði jákvæðar tilfinningar frelsa okkur úr fjötrunum „ég og mitt“.

Það gildir einu hvort æðri máttur sé hormónaspil í heilanum eða tilvist sem skilvit okkar eiga erfitt með að nema, þá er útkoman sú sama. Að trú á æðri mátt hefur jákvæð áhrif á heilsu okkar.

Trúandi því að æðri máttur sé hluti af tilveru okkar gerir í mínum huga dauðann bærillegri og þegar manns tími kemur að fara heim þá er gott að trú á að þar bíði manns kærleiksríkt heimili.

Verð áður: 1.990 KR/KG

GOTTERÍ

Kvikk
ON THE GO

LÍFIÐ ER GOTTERÍ

50% AFSLÁTTUR FIM-SUN

Verð áður: 1.990 KR/KG

GOTTERÍ

Kvikk
ON THE GO

Brandenburg | sía



Stýrðu stemningunni!



Snjallt fyrir heimilið

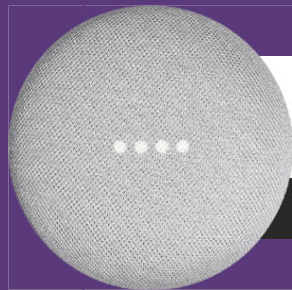
Hue Ambient startpakki
19.990 kr.

þrjár perur, miðstöð og fjarstýring



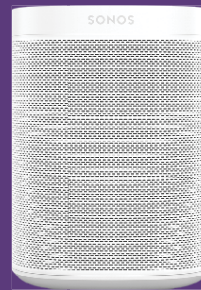
Snjallt fyrir heimilið

Hue Ambient litapera
7.990 kr.



Snjallt fyrir heimilið

Google Home Mini
8.990 kr.



Snjallt fyrir heimilið

Sonos One hátalari
34.990 kr.

Vertu þinn eigin ljósameistari og tónlistarstjóri

Allt sem þú þarft til að stýra stemningunni á heimilinu eru réttu snjallvörurnar og Ljósleiðari hjá Nova, hraðasta netting á Íslandi!

Þú færð snjallt fyrir heimilið hjá Nova.

Stærsti skemmtistaður í heimi!

Verslanir Nova eru í Kringlunni, Smáralind, Lágmúla, á Selfossi og á Glerártorgi Akureyri
Þjónustuver 519 1919 | www.nova.is

NOVA